O DIA

odia.com.br | DOMINGO, 30/6/2024 | Nº 26.294 | R$ 4,00 | 2ª EDIÇÃO

MINISTRA NÍSIA TRINDADE DIZ QUE HOSPITAIS FEDERAIS DO RIO VÃO PASSAR POR REESTRUTURAÇÃO.
RIO DE JANEIRO, P. 2

DECISÃO DO STF
DESCRIMINALIZAÇÃO DO PORTE DE ATÉ 40G DE MACONHA NÃO ENCERRA DEBATE
UM OLHAR SOBRE O RIO, P. 10

ATAQUE


VITOR SILVA/BOTAFOGO

Empate em 1 a 1, na Colina, não ajudou nem o Botafogo nem o Vasco no Brasileirão. P. 16

NINGUÉM COMEMOROU


RENAN AREIAS

GABIGOL É AFASTADO

Atacante não foi relacionado para o jogo contra o Cruzeiro, hoje, às 18h30, no Maracanã, em razão das declarações de seu empresário, que contestou a proposta de renovação apresentada pelo clube rubro-negro. P. 14


MARINA GARCIA/FLUMINENSE

NA LANTERNA, FLUMINENSE PEGA O GRÊMIO, ÀS 16H, NO SUL. P. 16

PARECE, MAS NÃO É!

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL É USADA POR GOLPISTAS

Criminosos aproveitam recursos que criam vídeos e áudios simulando a realidade. Saiba como se prevenir! ECONOMIA, P. 11

TERMINAL PINGO D'ÁGUA DO BRT TRANSOESTE É INAUGURADO. P. 4

GARDÊNIA CAVALCANTI
DMULHER, P. 2
Diabetes: conheça os cuidados essenciais para evitar a doença silenciosa



BISPO ABNER FERREIRA
CAMINHO DA SABEDORIA, P. 7
É importante focar no que podemos controlar e aceitar o que não podemos

SIDNEY REZENDE
INFORME DO DIA, P. 2
Até 5 de julho, dez espaços culturais serão entregues no Rio, incluindo três bibliotecas



JOÃO ADOLFO DE SOUZA
FALANDO DE APOSENTADOS, P. 6
INSS vai pagar lote em atrasados para quem venceu ações judiciais

ANA CARLA GOMES
CRÔNICA, P. 9
Depois de sentir vergonha de ser triste, eu passei a compartilhar minhas lágrimas







FLÁVIO RICCO
DMULHER, P. 8
'MasterChef Brasil' mostra que tem vida além da TV aberta


LUCAS MENNEZES / DIVULGAÇÃO

DMULHER

'AINDA TENHO MUITOS SONHOS'

No ar como Lulu, em 'Família é Tudo', Cris Vianna fala sobre sua primeira personagem cômica e avalia as duas décadas de carreira. P. 4 E 5

Automania

FIQUE DE OLHO NA MANUTENÇÃO DO CARRO!

Confira peças que precisam ser trocadas com frequência maior do que outras. P. 8

Filme traz à tona o tema da ansiedade

Especialistas comentam como essa emoção, abordada em 'Divertida Mente 2', pode impactar a vida de muitas maneiras. P. 3

'Estamos destruídos', diz irmã de gari morta

Amigos e familiares se despediram de Luciene da Silva Queiroz Barreto, 39 anos, em Belford Roxo. Ex é acusado do crime. P. 5

Ney Compositor e Carlinhos Pandeiro de Ouro são os dois novos baluartes da Mangueira
RIO DE JANEIRO, P. 6

Ex-CEO das Lojas Americanas é solto um dia depois da prisão em Madri
MUNDO, P. 12

INÊS 249

InformedoDia

Sidney Rezende

Com participação de: SABRINA PIRRHO

e-mail: informe@odia.com.br www.odia.ig.com.br/colunas/informe-do-dia

ATRAÇÕES

Novos espaços culturais na cidade

A Secretaria Municipal de Cultura do Rio entregará, até 5 de julho, dez espaços culturais, incluindo três bibliotecas. A Lúcio Rangel, inaugurada dia 26, fica no Centro da Música Carioca Artur da Távola, na Tijuca. Além dela, a Maria Firmina dos Reis, no Centro, e a José Bonifácio, no Museu da História e da Cultura Afro-Brasileira, na Gamboa. Na segunda-feira, o Teatro Carlos Gomes, no Centro, será reinaugurado. Na quarta-feira, a Cidade das Artes, na Barra, ganhará a biblioteca Ziraldo. Os teatros Ziembinski, na Tijuca, e Ipanema serão reabertos na sequência (4 e 5). No dia 5 é a vez da reinauguração da Arena Fernando Torres e da Casa do Jongo, em Madureira. Foram investidos R$ 75 milhões no programa Cultura do Amanhã.

DIVULGAÇÃO



Teatro Carlos Gomes, na Praça Tiradentes, vai ser reinaugurado amanhã

ANIMAIS SILVESTRES SOFREM COM MALDADE

A partir de agora, o Rio de Janeiro tem o Dia Estadual de Combate aos Maus-tratos de Animais Silvestres, em 28 de abril. A data foi instituída por lei do deputado Rosenverg Reis, sancionada pelo governador Cláudio Castro. "Os maus-tratos, na maioria das vezes, são causados não só pelo comércio ilegal, mas pela desinformação das pessoas, por quererem criar animais em condições que não são adequadas para eles", disse o parlamentar.

PRISCILA RABELLO/DIVULGAÇÃO



Deputado Rosenverg Reis é autor da lei sobre animais silvestres.

SERVIÇOS GRATUITOS NO PARQUE MADUREIRA NO PRÓXIMO MÊS

Sindicato e Organização das Cooperativas do Estado do Rio promoverá o Dia de Cooperar, em 6 de julho, com 20 cooperativas e instituições parceiras. Entre elas, a Secretaria municipal de Saúde irá vacinar contra gripe e a Defensoria Pública do Estado fará ajuizamento de petições iniciais.

PL DAS MÃES CIENTISTAS É APROVADO NO SENADO

Senado aprovou Projeto de Lei das Mães Cientistas, da deputada Talíria Petrone (PSOL), que prorroga, por 180 dias, defesa de dissertação de mestrado e tese de doutorado para mães, em virtude de nascimento ou adoção de filhos. "É uma vitória para as mães brasileiras", comemorou.

PICADINHO

Pianista ucraniano Vitaly Pisarenko participa de concerto gratuito dos 20 anos do projeto Vale Música Belém, quarta-feira, na Sala Cecília Meireles, na Lapa.

Via Parque Shopping, na Barra da Tijuca, vai arrecadar, até dia 5, roupas de frio que serão doadas para pessoas em situação de vulnerabilidade.

Inscrições para turma online gratuita do Instituto PROA estão abertas até 31 de julho. Vagas são exclusivas para alunos que concluíram Ensino Médio em escolas públicas.

Hospitais do Rio serão reestruturados

Medidas devem ser apresentadas nas próximas semanas, diz ministra da Saúde

TÂNIA RÊGO / AGÊNCIA BRASIL



Hospital Federal de Bonsucesso, na Zona Norte do Rio, vai ser uma das unidades atendidas pelo programa de reestruturação

Um programa de reestruturação dos seis hospitais federais do Rio de Janeiro será apresentado em breve pela ministra da Saúde, Nísia Trindade. Segundo ela, as instituições já estão com suas direções constituídas e foi montado um comitê gestor que está trabalhando nos problemas identificados. As declarações foram dadas na sexta-feira.

O Ministério da Saúde fez parcerias com a Prefeitura do Rio de Janeiro, com a Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (Ebserh), a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e o Grupo Hospitalar Conceição (GHC). "Estamos trabalhando juntos para fortalecer os hospitais como unidades de referência no SUS (Sistema Único de Saúde). Vamos apresentar mais medidas nas próximas semanas", disse a ministra durante visita a unidades de saúde de Belford Roxo, na Baixada Fluminense.

A ministra reforçou que o Ministério da Saúde está atento ao momento vivido pelos hospitais e que soluções de curto prazo já foram implementadas. "Estamos atuando nos hospitais federais desde o ano passado, quando abrimos 300 leitos antes fechados e continuamos atentos para manter o abastecimento. Seguimos trabalhando para colocar os hospitais para funcionar e diminuir filas. Tenho conversado com o presidente Lula e essa é uma prioridade do ministério", completou Nísia.

Nísia Trindade também visitou um centro especializado em atendimento a crianças neuroatípicas, as obras de uma maternidade, um hospital oftalmológico, um hospital infantil, uma unidade de pronto atendimento (UPA) e um centro de fisioterapia, ortopedia e imagem.

Com informações **da Agência Brasil**

O DIA Online
As mais lidas

Musa do OnlyFans que vestiu camisa do Flamengo fez cirurgia íntima
ESPORTE

'O que adianta o papel, se não somos protegidas?', questiona irmã de gari morta pelo ex-companheiro
RIO DE JANEIRO

Andréia Horta anuncia gravidez: 'Maior alegria de nossas vidas'
CELEBRIDADES

Flamengo afasta Gabigol do jogo contra o Cruzeiro no Brasileirão
FLAMENGO

Vasco tem interesse na contratação de ex-zagueiro do Botafogo
VASCO

O DIA

ATENDIMENTO AO LEITOR E ASSINATURA : 2222-8600 E 98921-4985 - **E-MAIL:** faleconosco@odia.com.br

PRESIDENTE
Alexandre Rodrigues

JORNALISTA RESPONSÁVEL
Edmo Junior

EDITORA-ASSISTENTE
Ana Carla Gomes

SUBEDITORA
Renata Onaindia

EDITOR-ASSISTENTE DE ARTE
Sidinei Nunes

DEPARTAMENTOS:
Agência O DIA: E-mail: agencia@odia.com.br.
Venda de fotos e textos: 2222-8021, 2222-8560 e 2222-8265.
Fax Diretoria: 2507-1038.
Parque Gráfico: 3891-6000. Av. Dom Hélder Câmara, 164 Benfica. **Gerência Industrial:** 3891-6002.
Gerência de Circulação e Logística: 3891-6005.
Preço de venda em banca:
(dias úteis) Capital e Região Metropolitana: R$ 2,00. Interior do Estado e outros estados: R$ 2,00
(domingos) Capital e Região Metropolitana: R$ 4,00. Interior do Estado e outros estados: R$ 4,00.
Exemplares atrasados: Capital: Preço de capa - Demais localidades: preço de capa + postagem. Mais informações : Tels: (21) 2222-8086/2222-8136 - Central de Promoções - Av. Dom Hélder Câmara 164 Benfica, (Parque Gráfico O DIA) - das 9h às 17h.
São Paulo: Avenida Iraí 300 - Sala 306 - Indianópolis. CEP: 04082-000. Tel: 11 99505-0105.
Brasília: Tel: (61) 9920-91891.
Promoções: promocoes@odia.com.br
Classificados: Tel: 2532-5000/ WhatsApp: 98921-4985. De 2ª a 6ª, das 9h às 18h. E-mail: anuncie@odia.com.br. Todos os cadernos de classificados somente circulam na cidade do Rio e no Grande Rio.
Anúncios de Noticiário: 2222-8191 / 2222-8631 / 2222-8388.
Anúncios para o Interior: 2222-8279 - Negociações com agência: 2222-8388.
Outros estados: 2222-8279- De 2ª a 6ª, das 10h às 18h.
Atendimento ao jornaleiro: 3891-6012 - De 2ª a 6ª, das 8h às 12h30 e das 13h30 às 17h.
Editora O DIA LTDA. Av. Dom Hélder Câmara, 164 Benfica - Rio de Janeiro - RJ.
O DIA é filiado ao Instituto Verificador de Circulacão (IVC).

ARTE KIKO

‘DIVERTIDA MENTE 2’ COLOCA A ANSIEDADE EM FOCO

Em cartaz nos cinemas, animação mostra como essa emoção pode impactar a vida de muitas formas

CATHERINE TELES
catherine.teles@odia.com.br

Falta de ar, boca seca, tremedeira, sensação de que o coração parece que vai sair pela boca e de que algo ruim pode acontecer, além de suor e a “batedeira no peito”: todos esses são sintomas da ansiedade, transtorno que é retratado no filme ‘Divertida Mente 2’, que estreou nos cinemas brasileiros no dia 20. Na animação, a menina Riley entra na adolescência e ganha novas emoções, como a Ansiedade, e o filme mostra como essa emoção pode impactar a vida de muitas maneiras.

Assim como a personagem Riley, a jornalista Jayne Souza, 22 anos, convive com ansiedade desde a infância: “Desde muito nova eu sempre sentia muita palpitação. Eu só sentia uma dor, que eu não sabia explicar como era e, junto com essa dor, vinha aquela falta de ar, dificuldade para respirar. Mas eu focava tanto na dor que eu não sentia esses sintomas. Eu só virava para os meus pais e contava que sentia uma dor no peito. Eu tinha uns 6 anos”, relata a jovem.

Para ela, o diagnóstico foi um alívio e poder reconhecer as crises ajudou a lidar com a ansiedade. “Antes, eu tinha crises, entrava em desespero, pedindo ajuda e ninguém sabia me ajudar. Eu não sabia me ajudar, minha mãe não sabia me ajudar. Então, agora eu sei. Quando começo a ter a crise, eu reconheço, já paro e respiro. Isso realmente mudou porque hoje em dia eu ainda tenho crises, mas sei controlá-las”, disse.

Ao ser diagnosticada com ansiedade, a jovem Gabriella Mouzinho, de 22 anos, se sentiu assustada por desconhecer o transtorno: “Eu começava a ter refluxo, aperto no peito, todos os sintomas começaram a piorar muito e ali eu comecei a ter crises sérias. Foi aí que eu comecei a achar que eu estava com problema cardíaco e ia morrer. Era ansiedade”, relata.

Na terapia, ela conseguiu identificar os momentos que desencadearam os primeiros sintomas de ansiedade, como a mudança de escola, a separação dos pais e uma perda familiar. Durante o terceiro ano do Ensino Médio, esses sintomas se intensificaram, especialmente devido a uma lesão no joelho que a impediu de dançar. Hoje, ela teve uma melhora na qualidade de vida: “Eu consigo fazer as coisas com leveza, porque chegou um momento em que a ansiedade estava tão alta que eu simplesmente não conseguia me divertir com os meus amigos e ter uma rotina que me ajudasse a lidar”, ressalta.

ACERVO PESSOAL



Jayne começou a sentir os sintomas de ansiedade já na infância

A psicóloga Claudia Melo destaca a diferença entre a ansiedade normal e o transtorno de ansiedade. Segundo ela, “a ansiedade normal é uma resposta natural do corpo diante de situações estressantes, como uma entrevista de emprego ou um exame. Já o transtorno de ansiedade se caracteriza “por uma ansiedade persistente, desproporcional à situação, que interfere significativamente na vida da pessoa, prejudicando seu bem-estar, funcionamento e qualidade de vida”, explica.

INTENSIDADE

Tratamento depende dos sintomas

■ De acordo com o psicólogo George Leonardo, o tratamento para a ansiedade é definido de acordo com a intensidade dos sintomas, podendo ocorrer através de psicoterapia e também envolvendo o uso de medicamentos prescritos pelo médico, como antidepressivos e ansiolíticos, que atuam a nível cerebral para reduzir sintomas. Recomenda-se também complementar o tratamento com atividades físicas, meditação, dança, por exemplo, com o objetivo de reduzir o estresse, aumentar consciência corporal e ter uma sensação de relaxamento.

Ele orienta que, para prevenir crises de ansiedade, a pessoa “tenha uma rotina organizada, se conheça, não seja seu inimigo, tenha foco nas atividades físicas e na alimentação”. Segundo o nutrólogo Rodrigo Schröder, a nutrição pode desempenhar um papel complementar significativo nos tratamentos convencionais da ansiedade. “Uma dieta balanceada pode melhorar a eficácia das terapias psicológicas e, em alguns casos, reduzir a dependência de medicamentos”, pontua.



Comecei achar que estava com problema cardíaco e ia morrer. Era ansiedade”

GABRIELLA MOUZINHO, 22 anos

ALGO MAIS

‘Estou em crise, e agora?’

■ Segundo a psicóloga Luana Benetello, “a ansiedade pode ter um impacto significativo em várias áreas da vida, afetando a rotina diária, as relações interpessoais e outros aspectos importantes”. Para lidar com ela, existem muitas técnicas que podem ser utilizadas durante uma crise. No entanto, ela ressalta que elas funcionam dentro de um combo, e não de formas isoladas. Aqui estão algumas sugestões que, em momentos de crise, podem ajudar a reduzir esse sentimento: a respiração diafragmática, relaxamento muscular progressivo, atividades prazerosas na rotina e a técnica dos 5 sentidos.

A técnica da respiração diafragmática consiste em inspirar lentamente pelo nariz, segurar a respiração por alguns segundos e depois expirar lentamente pela boca. Outra técnica útil é o relaxamento muscular progressivo, onde diferentes grupos musculares do corpo são tensionados e relaxados, reduzindo a tensão física e mental.

Além disso, a prática regular de atividade física, a inclusão de atividades prazerosas na rotina e a manutenção de uma rotina diária também podem ajudar a diminuir a sensação de incerteza e a ansiedade.

Uma técnica considerada fundamental é a dos 5 sentidos, que é uma estratégia usada para ajudar a acalmar a mente e reduzir a ansiedade, trazendo a pessoa de volta ao momento presente, que envolve focar nos cinco sentidos para diminuir o impacto de pensamentos ansiosos: visão, tato, audição, olfato e paladar.

Alimentação e ansiedade

> Para o médico Rodrigo Schröder, especializado em nutrologia, a relação entre alimentação e ansiedade é intrínseca. “Uma dieta inadequada pode levar a deficiências nutricionais que afetam os neurotransmissores, aumentando os níveis de ansiedade”, explica.

Ele ainda salienta que uma alimentação balanceada é fundamental para o manejo da ansiedade: “Consumir uma variedade de nutrientes ajuda a manter a estabilidade química do cérebro e fortalece o sistema nervoso. Além disso, certos alimentos têm propriedades que podem acalmar a mente e o corpo, reduzindo os sintomas de ansiedade”, afirma.

Novo Terminal Pingo D'água do BRT é inaugurado

Equipamento funcionará 24 horas e vai atender uma média diária de mais de 10 mil passageiros

O novo Terminal Pingo D'água, do corredor Transoeste do BRT, foi inaugurado ontem, em Guaratiba, na Zona Oeste do Rio. O espaço é 22 vezes maior que a antiga estação e vai funcionar 24 horas por dia. O evento de inauguração contou com a presença do prefeito Eduardo Paes (PSD).

Segundo a Prefeitura do Rio, o novo terminal Pingo D'Água, que tem 19.825 m², vai atender uma média diária de mais de 10 mil passageiros. O espaço conta com um bicicletário com capacidade para 600 bicicletas, devido ao alto tráfego de ciclistas na região.

O equipamento é o terceiro terminal construído no corredor Transoeste a partir da ampliação de antigas estações. O primeiro foi o Magarça, inaugurado no fim de março, enquanto o segundo foi Terminal Mato Alto, ambos em Guaratiba.

A última reforma a ser entregue, ainda este ano, será o novo Terminal BRT Curral Falso, em Santa Cruz. Ele terá 18,3 mil m² e contará, ainda, com uma passarela de acesso e um bicicletário com 400 vagas.

Com a inauguração do terminal, a linha 19 (Pingo D'Água x Salvador Allende - expresso), que só circulava

O Novo Terminal Pingo D'água do BRT, com 19.825m², é 22 vezes maior que o antigo

no pico da tarde, vai reforçar também a operação pela manhã. Além dela, fazem embarque e desembarque no Pingo D'Água as seguintes linhas: 10 (Santa Cruz x Alvorada - expresso); 11 (Santa Cruz x Alvorada - parador), que circula entre 22h e 4h; 12 (Pingo D'Água x Alvorada - expresso); e 20 (Santa Cruz x Salvador Allende – expresso).

A secretária de Transporte, Maína Celidonio, celebrou a transformação da estação em terminal. "Aqui irão funcionar cinco serviços do BRT. Dois que partem daqui (terminal Pingo D'água), sendo um para o Recreio e outro para Alvorada, mais o serviço que vem de Santa Cruz. Além da integração com cinco linhas de ônibus e as vans" explicou.

MUDANÇAS NO TRÂNSITO

A modernização e ampliação do Terminal resultou, também, em algumas alterações no trânsito da região, sobretudo nos retornos. Ao todo, cinco ruas ao redor da nova estação foram requalificadas, sendo elas: Avenida Dom João VI (os dois sentidos), Estrada da Pedra, Rua Coronel Jaime de Lemos, Rua dos Bombeiros e Rua dos Construtores.

REGINALDO PIMENTA



Prefeito Eduardo Paes inaugurou o Novo Terminal Pingo D'água, que faz parte da Transoeste, em Guaratiba

'CONFORTO E TEMPO'

Prefeito destaca a importância do novo terminal

■ Com a reforma, o Terminal Pingo D'Água vai operar em conjunto com dois terminais alimentadores, sendo atendido por cinco linhas de ônibus urbanos. Quatro delas terão ponto final no terminal: 857/SN857 (Terminal Pingo D'Água - Terminal Campo Grande, via Estrada do Catruz/Cachamorra), 871 (Cesarão - Terminal Pingo D'Água), 897/SN897 (Paciência - Terminal Pingo D'Água) e SV866 (Terminal Pingo D'Água - Terminal Campo Grande, via Estrada do Magarça).

"Se pudesse definir esse momento com uma palavra, diria que é dignidade. Aqui, em geral, é um lugar que a gente passa mais tempo do que na maioria dos outros lugares, o transporte na vida das pessoas é uma coisa importante. E duas coisas a gente tem que ter no transporte: conforto e tempo", destacou o prefeito Eduardo Paes.

Prefeitura homenageia Apolinho em Vila Olímpica

Equipamento na Gamboa recebeu oficialmente o nome do radialista Washington Rodrigues, que morreu no dia 15 de maio, aos 87 anos

A Vila Olímpica da Gamboa, na Zona Portuária, recebeu oficialmente ontem o nome do radialista Washington Rodrigues, o Apolinho. A iniciativa homenageia o famoso comunicador, que morreu no dia 15 de maio, aos 87 anos, vítima de câncer. A decisão já havia sido anunciada pelo prefeito Eduardo Paes em decreto publicado no dia 17 de maio.

"Essa Vila Olímpica educa, prepara, integra a comunidade, e isso é um pouco do simbolismo que representa o Washington Rodrigues. Então, o Apolinho simboliza essa questão de um lugar integrado, de uma cidade que a gente quer que as pessoas convivam e gerem boas memórias", afirmou o prefeito do Rio. A inauguração da placa contou a presença de familiares e amigos do comunicador.

Localizado perto da Cidade do Samba e do Morro da Providência, o espaço, que conta com piscina e grande área de lazer, oferece atividades esportivas para todas as faixas etárias.

Apolinho morreu no dia 15 de maio, aos 87 anos, no Hospital Samaritano na Barra da Tijuca. O jornalista e ex-colunista do **DIA** e Meia Hora foi velado no dia seguinte, na sede do Flamengo, sua grande paixão, na Gávea. Ele deixou três filhos e sete netos.

FABIO MOTTA / PREFEITURA



Cerimônia contou a presença de familiares e amigos do comunicador

VIDA DEDICADA AO ESPORTE

Washington Carlos Nunes Rodrigues nasceu no Rio em 1936. Na juventude, dividia o tempo como bancário e como goleiro de futebol de salão, defendendo as cores do extinto Raio de Sol, de Vila Isabel. Sua carreira no rádio começou por acaso. Enquanto se recuperava de uma lesão, que o impedia de participar de um torneio, recebeu um convite da Rádio Guanabara para fazer uma consultoria sobre futsal.

Ele se destacou e acabou convidado para participar de um programa na rádio. Mais tarde, uma nova oportunidade surgiu para Apolinho. Isso porque dois jornalistas que transmitiam um jogo entre Vasco e Bonsucesso no Maracanã brigaram ao vivo. O diretor da rádio suspendeu a dupla por 15 dias e pediu para Apolinho trabalhar nas partidas de futebol naquele período.

Depois, foi para a Rádio Nacional, onde se tornou profissional, em 1966. Ele ficou até 1969, quando ingressou na Globo. Desde então, passou pelas rádios Continental, Vera Curz, Tupi e Nacional.

Apolinho também foi comentarista de programas em diversas emissoras de TV, entre elas Globo, Tupi, TV Rio, Excelsior, TV Educativa, Manchete, Record e CNT.

Uma campanha para todos os dias do ano

Idosos compartilham histórias inspiradoras no 60+ Reabilita, programa da Secretaria de Estado de Juventude e Envelhecimento Saudável

O mês que chega ao fim hoje marca uma campanha que deve ser estendida para todos os dias do ano: o Junho Violeta é um ação de alerta sobre os cuidados com os idosos, chamando a atenção para o combate à violência contra os mais velhos e também para a necessidade de cuidados com a saúde e o bem-estar de cada um deles.

Maura Paiva, de 76 anos, por exemplo, é aluna do polo do Méier do programa 60+ Reabilita, da Secretaria de Estado de Juventude e Envelhecimento Saudável. O projeto celebra os impactos positivos já nos primeiros meses de implementação de 100 núcleos na cidade do Rio. Com uma estrutura multidisciplinar, os idosos têm acesso à fisioterapia, atividades físicas e acompanhamento individualizado. As atividades têm sido essenciais para transformar rotinas antes marcadas por dores e dificuldades de locomoção.

"Tinha dificuldade para andar e medo de sair de casa, mas o projeto mudou minha vida. Agora tenho mais equilíbrio, saúde e confiança para exercer minhas atividades diárias. Aqui eu me sociabilizo, me divirto e ainda tenho a orientação de um profissional para realizar os exercícios corretos", destaca Maura.

O aposentado Ubirahi Rodrigues de Oliveira, de 68 anos, também conta que encontrou uma nova motivação para viver. "Nunca pensei que com 68 eu teria condições de me exercitar. O projeto mudou minha pressão, meu colesterol, minha vida como um todo. É maravilhoso ter um espaço gratuito onde você pode fazer os exercícios com a ajuda de um professor. Aqui a gente se sente acolhido, faz novos amigos e cuida da saúde. Renovou minha motivação para viver", destacou o aposentado.

MARCELO REGUA / DIVULGAÇÃO



Idosos têm acesso à fisioterapia, atividades físicas e acompanhamento

Iniciado em março de 2024, o projeto promove atividades capazes de mudar a rotina e trazer benefícios físicos e mentais para os alunos. "O programa 60+ Reabilita foi pensado com muito carinho pelo governo e, em pouco tempo, está se tornando fundamental na vida dos idosos. Além de melhorar a saúde física, vem devolvendo aos participantes a autonomia e a alegria de viver", afirmou o governador Cláudio Castro.

QUALIDADE DE VIDA

A interação social e a sensação de pertencimento são citadas como diferenciais. Lícia Mattesco, superintendente da Pessoa Idosa, ressaltou a importância do acompanhamento contínuo dos profissionais. "O objetivo do projeto é ter um atendimento individualizado, de acordo com a demanda de cada aluno atendido. Nossas equipes multidisciplinares são orientadas a oferecer atividades que proporcionem mais qualidade de vida e bem-estar para a pessoa idosa. A reabilitação é fundamental para a sua autonomia em atividades básicas até mesmo dentro de casa", afirmou.

A Secretaria de Estado de Juventude e Envelhecimento Saudável analisa a expansão do programa para outras regiões do estado. As inscrições são gratuitas no site reabilita60.contato.org.br ou presencialmente nas unidades mais próximas.

Sepultado corpo de gari morta por ex

Luciene da Silva Queiroz Barreto, de 39 anos, foi enterrada no Cemitério Municipal de Belford Roxo

LUCAS CARDOSO
lucas.cardoso@odia.com.br

'O que adianta o papel, se não somos protegidas?' O questionamento de Patrícia da Silva Queiroz, de 35 anos, no enterro da irmã, a gari Luciene da Silva Queiroz Barreto, 39, no Cemitério Municipal de Belford Roxo, na manhã de ontem, expressa a revolta da família. A servidora do município da Baixada foi assassinada a facadas, na sexta-feira. O ex-marido, Eduardo de Lima Barreto, é acusado do crime. Luciene tinha três medidas protetivas contra ele.

Segundo Patrícia, o relacionamento de Luciene com Eduardo havia começado em 2016. Os dois se casaram só no início deste ano, mas terminaram logo em seguida. O término veio com uma série de ameaças feitas pelo acusado, que seria usuário de drogas. Patrícia contou que Eduardo não aceitava o fim da relação e dizia que a ex não ficaria com mais ninguém.

"Achei que era mentira quando disseram. Vi o vídeo, mas ainda esperava que ela pudesse estar viva. Só acreditei mesmo quando cheguei ao hospital. Nós estamos destruídos. Queremos que a lei seja cumprida. Como que ela tinha três medidas protetivas e isso ainda aconteceu?", questionou a irmã da vítima.

O pai de Luciene, José Luiz Rodrigues Queiroz, 62 anos, também lamentou o fato de a filha ter feito os registros na polícia e ainda assim ter sido morta. "Sabemos que na prática essa medida não vale de nada. Infelizmente, papel não serve de segurança para ninguém e a lei do nosso país é essa, que só funciona na teoria e não na prática", criticou.

O idoso comentou que espera, ao menos, que o acusado pague de forma exemplar. "Peço a Deus e à Justiça dos homens que ele fique preso por muito tempo, porque o que ele fez foi uma coisa muito brutal. A pessoa não tem amor pelo próximo, não tem dignidade, não valoriza a vida do ser humano."

O sepultamento foi acompanhado por aproximadamente 60 pessoas, muitas delas colegas de profissão da vítima. Alguns amigos inclusive presenciaram o ataque. É o caso de Simone Portes de Almeida, 50, que disse ter ouvido a amiga reclamar do comportamento do ex algumas vezes.

"Então, eu sabia que ele era usuário de drogas. Por saber disso, eu costumava aconselhar ela e pedir para ela ter cuidado. Sabe como é esse tipo de pessoa. Tem 15 dias, mais ou menos, que estávamos trabalhando na Vila São Luiz, e ela disse que tinha saído a medida protetiva. Só que lá era perto da onde o Eduardo morava, então ela disse que tinha medo que ele pudesse fazer algo. Ele já tinha agredido ela várias vezes. Ela conversava muito comigo sobre isso".

LUCAS CARDOSO



'O que adianta o papel, se não somos protegidas?', questionou a irmã da gari, durante o sepultamento em Belford Roxo, na Baixada

'DESFECHO INESPERADO'

Simone disse ter presenciado a situação. De acordo com ela, todos ficaram em choque, alguns reagiram tentando evitar que Eduardo fugisse do local. A colega de Luciene comentou, ainda, que mesmo com as ameaças relatadas, ninguém esperava o desfecho trágico.

"Ele aproveitou que estava no início do serviço, então tinha pouca gente. Se tivesse mais gente, duvido que ele faria algo, então foi tudo premeditado. Ele chegou de bicicleta. Ela estava sentada com um colega de trabalho e ele chamou para conversar. Quando ela se aproximou, ele não falou nada e a esfaqueou. Uma coisa absurda, surreal", comentou Simone.

Luciene era funcionária contratada pela Secretaria Municipal de Conservação de Belford Roxo desde fevereiro deste ano. Ela deixa dois filhos, uma menina, de 8 anos, e um adolescente, de 12, que vive com o pai, primeiro marido da vítima.

DIA A DIA

FRENTISTA É BALEADO POR CLIENTE

Um frentista foi baleado após uma discussão com um cliente em um posto de gasolina no bairro do Colubandê, em São Gonçalo, na Região Metropolitana do Rio, na madrugada de ontem. Segundo o Corpo de Bombeiros, Higor Fernandes, 24 anos, foi encaminhado ao Hospital Estadual Alberto Torres, onde permanece internado.

O caso ocorreu às 4h, no posto que fica na Av. José Mendonça de Campos. A vítima foi socorrida ainda consciente. De acordo com a Secretaria de Estado de Saúde, o quadro dele é estável. O homem responsável pelo disparo fugiu. Segundo a Polícia Militar, a motivação e autoria do crime ainda são desconhecidas. Ao **DIA**, um familiar explicou que Hiago apenas pediu para que os ocupantes saíssem de um veículo para que pudesse abastecer, por normas da empresa. Ele trabalhava no local há pouco tempo, cerca de cinco meses.

Hiago foi atingido no joelho e precisou passar por cirurgia. "Em um dos joelhos o osso se dividiu em várias partes. Ele teve que colocar prótese e agora já está no quarto", disse o familiar. Nas redes sociais, parentes e amigos demonstraram revolta. "Só Deus para nos guardar. Meu sobrinho estava trabalhando e acontece uma covardia dessa", comentou a tia.

CASAL ATACADO A TIROS NO MARACANÃ

Um ataque a tiros contra um carro terminou com um casal ferido no fim da noite de sexta-feira, na Avenida Professor Manoel de Abreu, no Maracanã, na Zona Norte do Rio.

Segundo relatos, um segundo veículo emparelhou com o carro das vítimas, identificados como William da Silva e Paola. Em seguida, bandidos dispararam pelo menos menos 20 vezes contra a dupla e fugiram. O caso aconteceu por volta das 22h.

Em nota, a Polícia Militar informou que os feridos foram socorridos por terceiros e levados ao Hospital Municipal Souza Aguiar, no Centro. "Equipes do 6º BPM (Tijuca) estiveram na unidade de saúde e também isolaram a área onde o carro foi deixado", ressaltou a corporação.

De acordo com a Secretaria Municipal de Saúde (SMS), William encontra-se internado e seu quadro clínico é considerado estável. Já Paola foi atendida e liberada em seguida.

Adeus no Cemitério de Santa Cruz

Corpo de Inhaci Martins Silva, de 55 anos, foi enterrado ontem. Sobrinho está preso

O corpo de Inhaci Martins Silva de Oliveira, de 55 anos, atacada a tiros, foi enterrado ontem no Cemitério de Santa Cruz, na Zona Oeste do Rio. O suspeito do crime, Leonan Guilherme Aguiar Torres, sobrinho da vítima, foi preso na sexta-feira. O crime teria relação com uma briga de herança.

O crime aconteceu na Avenida Engenheiro Gastão Rangel. Na ocasião, imagens de uma câmera de segurança registraram o momento em que o acusado parou a moto ao lado do carro de Inhaci e iniciou os disparos. De acordo com as investigações, a vítima estava no banco do carona e o filho estava no lugar do motorista.

REPRODUÇÃO/REDES SOCIAIS



Nas redes sociais, amigos lamentaram a morte de Inhaci: 'Que Deus te receba de braços abertos'

CELULAR NA CENA DO CRIME

Após o crime, o acusado teria deixado o celular cair no local e, por isso, foi identificado. Inhaci chegou a ser socorrida por pedestres e conduzida ao Hospital Municipal Pedro II, mas não resistiu e morreu na sexta-feira.

Leonan foi localizado por policiais da 35ª DP (Campo Grande) e da 36ª (Santa Cruz) na comunidade do Jardim Maravilha, em Guaratiba, Zona Oeste, e confessou o crime, segundo a polícia.

O acusado vai responder por homicídio qualificado por motivo torpe e recurso que impossibilitou a defesa da vítima.

Nas redes sociais, amigos lamentaram o caso. "Que Deus te receba de braços abertos, você ficará para sempre em nossas memórias. Tudo muito triste. Vai com Deus, você aqui só fez o melhor", lamentou uma amiga.

"Minha amiga, você brilhou tanto aqui na terra, que tenho certeza que Deus já te recebeu de braços abertos. Não tenho palavras pra falar sobre você, dói muito! Deus console e proteja todos seus familiares", disse outra.

FERNANDO MANSUR
ALEGRIA NO AR

MENSAGENS DE OTIMISMO

Mensagens de otimismo pelas páginas de um jornal.

Este é o sentido desta nossa coluna dominical. Sinto-me honrado de fazer parte desta equipe e de estar ao lado de colegas tão valiosos, que diariamente cumprem o sagrado dever de informar e orientar os leitores da melhor maneira possível.

Escrever é um desafio permanente e um estímulo para desenvolver as ideias e compartilhá-las. Periodicamente, reúno essas ideias e as publico em forma de livro.

Penso nas mensagens como bilhetes colocados em uma garrafa e lançados ao mar. Um dia alguém pode pegar a garrafa, abri-la e encontrar algum significado naquele bilhete despretensioso.

Geralmente é assim que acontece: quando menos esperamos, uma palavra pode fazer um sentido que antes não fazia, exatamente naquele momento de nossa busca em que estamos imersos em sombras, mergulhados na chamada "noite escura da alma".

De fato, todos buscamos felicidade, bem-aventurança, contentamento. Esta é uma busca legítima, destinada a todo ser humano, um direito de nascença.

Quando empreendemos sinceramente esta busca, vamos encontrando as respostas e os sinais que nos levam a prosseguir.

De repente, realizamos que não estamos sós. Há uma legião de seres e de situações nos auxiliando nesta peregrinação. Eles podem se apresentar de várias maneiras: pode aparecer alguém para nos ajudar, encontramos um livro que nos empolga, surge um desafio a ser vencido, um serviço esperando para ser concluído, uma mudança a caminho, uma nova estrada para ser percorrida... E músicas para nos inspirar.

Busquemos a bem-aventurança. Sintamos a enorme energia que pulsa dentro de nosso ser. Ela faz parte de nós, esperando para ser empregada. Podemos. Vamos!

Fernando Mansur: Radialista. Escritor. Professor. Graduado em Letras pela Universidade Católica de Minas Gerais (Ponte Nova). Mestre e doutor em Comunicação pela UFRJ.
Canal no YouTube: Cá Entre Nós na TV

Coluna Falando de Aposentados

JOÃO ADOLFO DE SOUZA

■ site: odia.ig.com.br/colunas/falando-de-aposentados

■ e-mail: falandodeaposentados@odia.com.br

João Adolfo de Souza, YouTuber, Especialista em Finanças

ATÉ 60 SALÁRIOS MÍNIMOS

INSS VAI PAGAR LOTE BILIONÁRIO EM ATRASADOS ESTE MÊS

Mais um lote de pagamentos de atrasados do INSS foi liberado para depósito a quem venceu ações judiciais contra o Instituto e agora terá um valor de até 60 salários mínimos, o que corresponde a R$ 84.720, para receber. O Conselho de Justiça Federal- CJF disponibilizou um lote de R$ 2,06 bilhões, que serão repassados pelos Tribunais Regionais Federais- TRFs. Portanto, para saber se tem direito ou não, além de seguir os requisitos estipulados, é preciso acessar o site do TRF da sua região. Continue lendo e saiba mais.

ARTE PAULO MÁRCIO



A Justiça frequentemente libera valores atrasados para pagamento dos beneficiários que venceram ações contra o INSS na Justiça. Ações essas que dizem respeito a atrasos na concessão, erro de cálculo, dentre outros. Agora, mais um lote de atrasados foi liberado e milhares de pessoas podem receber.

O novo lote diz respeito às ações cujo pagamento não passa de 60 salários mínimos, as chamadas Requisições de Pequeno Valor, para 134,5 mil segurados que tiveram a ordem de pagamento emitida por juízes no mês de maio.

Os valores são depositados pelos TRFs em contas abertas na Caixa Econômica Federal e Banco do Brasil em nome dos segurados ou de seus advogados. No caso das RPVs, há um prazo de dois meses para o pagamento ocorrer. Portanto, como o lote liberado agora corresponde às ordens emitidas em maio, devem ser depositados até julho.

> ***"A Justiça frequentemente libera valores atrasados para pagamento dos beneficiários que venceram ações contra o INSS"***

Para ações especificamente do INSS, o valor é de R$ 2,06 bilhões, mas há outros processos contra a União, por exemplo de servidores públicos, totalizando um valor de R$ 2,4 bilhões a serem pagos.

Veja abaixo cada TRF e sua jurisdição para consultar se seu nome está na lista de beneficiários:

TRF1: sede no DF, com jurisdição no DF, GO, TO, MT, BA, PI, MA, PA, AM, AC, RR, RO e AP

TRF2: sede no RJ, com jurisdição no RJ e ES

TRF3: sede em SP, com jurisdição em SP e MS

TRF4: sede no RS, com jurisdição no RS, PR e SC

TRF5: sede em PE, com jurisdição em PE, CE, AL, SE, RN e PB

TRF6: sede em MG, com jurisdição em MG

Para saber mais informações sobre o INSS, economia e finanças, você pode me acompanhar no meu canal no YouTube João Financeira e meu perfil no Instagram @joaofinanceiraoficial.

Dia de São Pedro tem festa, missa e procissão

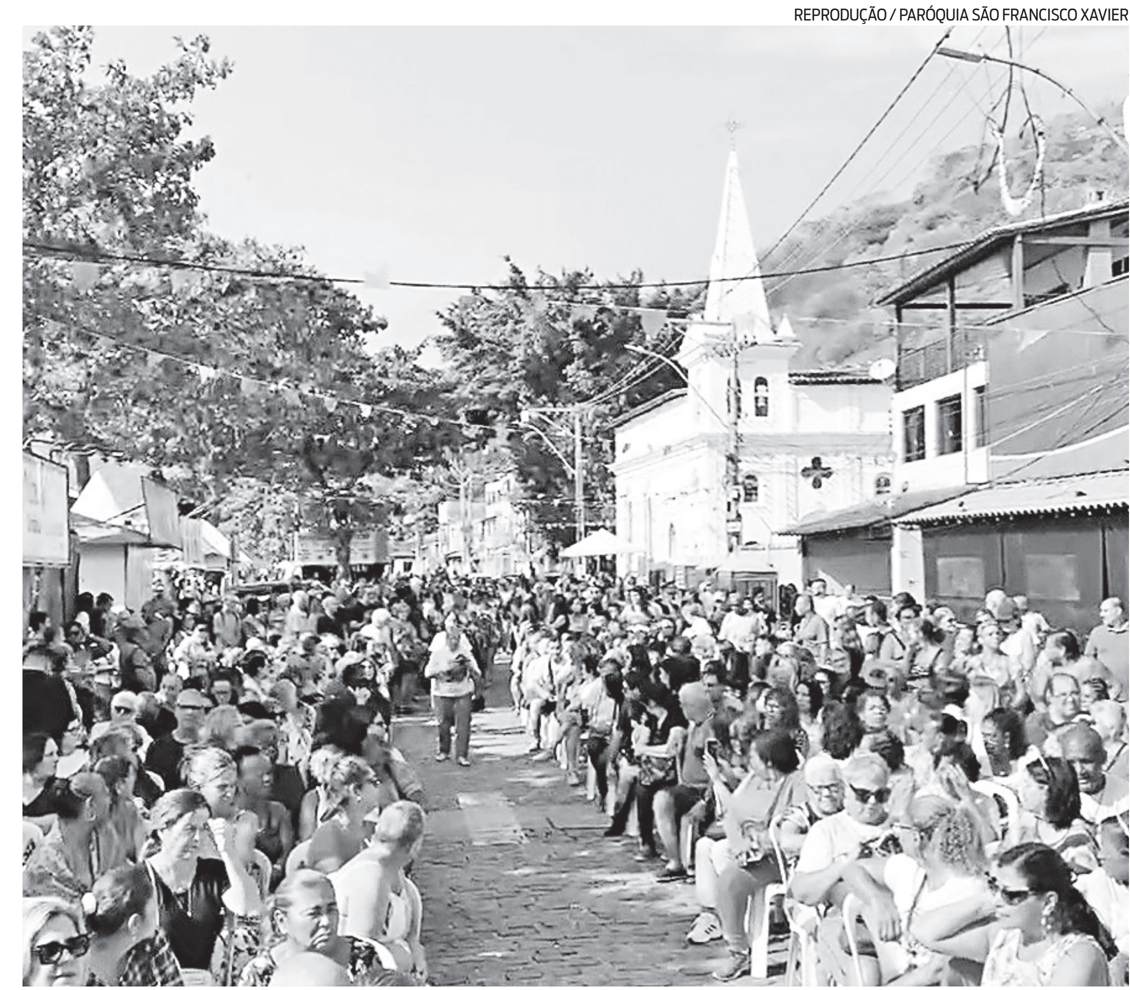
Em Niterói e na Região dos Lagos, homenagens ao santo reuniram multidões

O Dia de São Pedro foi homenageado com festa e missas em diversas igrejas dedicadas ao padroeiro dos pescadores no Estado do Rio. Uma das celebrações mais tradicionais aconteceu ontem, em Jurujuba, em Niterói, reunindo uma multidão de devotos. A festa, que é realizada há 128 anos na cidade, foi marcada, ainda, por uma procissão marítima, que atravessou a Baía de Guanabara, saindo do bairro em direção ao Museu de Arte Contemporânea (MAC).

As homenagens começaram às 5h, com a alvorada. Em seguida, houve a "benção das chaves" na rua da igreja. A celebração foi transmitida no Facebook da Paróquia São Francisco Xavier.

Hedylamar Bonfim, uma das organizadoras da festa em Jurujuba, se emocionou. "Estamos aqui, mais uma vez, para festejar o nosso padroeiro São Pedro. São 103 anos de procissão, caminhando nesse mar de São Pedro, nesse mar de Cristo. Avancemos para águas mais profundas", declarou.

REPRODUÇÃO / PARÓQUIA SÃO FRANCISCO XAVIER



Uma das celebrações mais tradicionais aconteceu em Jurujuba, em Niterói, reunindo multidão de devotos

PROCISSÃO EM TERRA E MAR

A Paróquia divulgou vídeos em que é possível ver dezenas de barcos navegando pelas praias de Niterói, enquanto os fiéis oram e homenageiam o padroeiro. Antes, houve procissão pelas ruas, levando a imagem do santo da igreja até o cais, onde embarcou na barqueata. Quando chegaram ao MAC, os fiéis retornaram à Fortaleza de Santa Cruz, em Jurujuba.

Houve, ainda, almoço especial e duas missas solenes, além do show cultural da Quadrilha do Céu, grupos musicais e DJs.

Hoje, a programação começa às 9h, com missa solene, e "moto-procissão", novidade do ano, saindo do bairro da Boa Viagem e indo até Jurujuba. Rodas de samba e mais shows acontecem a partir das 16h.

Jurujuba abriga uma histórica colônia de pescadores. Até 1943, o acesso ao bairro acontecia apenas por meio do mar ou por um caminho entre as pedras. A tradição da pesca resiste até hoje no local, apesar da poluição da Baía de Guanabara.

REGIÃO DOS LAGOS

Além de Niterói, o santo foi festejado em outras áreas do estado, principalmente na Região dos Lagos. O sábado em São Pedro da Aldeia, cidade que leva o nome do padroeiro, promoveu festa, assim como Araruama, Iguaba Grande, Arraial do Cabo e Rio das Ostras. Outra festa importante aconteceu na Ilha de Paquetá, que há 80 anos promove celebrações na data.

Reportagem do estagiário **Gabriel Rechenioti,** sob supervisão de **Raphael Perucci**

DIVULGAÇÃO



Dupla se uniu a sambistas com mais de 50 anos dedicados à escola

Mangueira elege dois novos baluartes

Ney Compositor e Carlinhos Pandeiro de Ouro passam a integrar grupo de notáveis

A Estação Primeira de Mangueira tem dois novos baluartes. Após eleição, Ney João Oliveira, o Ney Compositor, de 82 anos, e Carlinhos Pandeiro de Ouro, 83, passaram a fazer parte do grupo de notáveis da agremiação. Criado na década de 1990, o conselho de baluartes, com 22 integrantes, reúne sambistas com mais de 50 anos de dedicação à Verde e Rosa.

"Me criei no Morro da Mangueira. Na segunda batida do surdo, eu já estava na quadra. Me sinto honrado com essa homenagem depois de ter passado por tantas alas da escola", celebra Ney, que ingressou na escola aos 16 anos, apadrinhado por Padeirinho. Ney é um dos autores do samba-enredo 'Trinca de Reis', de 1989.

Natural de Niterói, o músico Carlinhos Pandeiro de Ouro chegou à escola adolescente, quando foi a um ensaio e se apaixonou pela agremiação. Ganhou fama ao viajar pela Europa para aulas e apresentações, sendo aplaudido por personalidades como a Rainha Elizabeth II e o ex-presidente dos americano Barack Obama. Chegou a morar na Suécia e nos EUA. Atualmente, reside no Retiro dos Artistas, em Jacarepaguá.

"São muitos anos viajando todo o mundo divulgando a Mangueira e nossa cultura", disse Carlinhos.

A primeira formação do grupo de baluartes da Estação Primeira teve Jamelão, Carlos Cachaça, Dona Neuma, Dona Zica, Tinguinha, Mocinha, Tia Miúda, Chiquinho Modesto, José Ramos, Tuninho Caolho, Zé Crioulinho, Nelson Sargento e Roberto Paulino, entre outros.

Caminho da Sabedoria

Bispo Abner Ferreira


Bispo, Pastor Presidente, Advogado, Jornalista, articulista e Escritor

site: odia.ig.com.br/colunas/caminho-da-sabedoria

e-mail: caminhodasabedoria@odia.com.br

SUPERANDO CRISES E FRACASSOS: COMO VOCÊ PODE LIDAR COM ISSO?

Vivemos em uma sociedade que valoriza o sucesso, a realização e o reconhecimento. Contudo, muitos caminham pela vida sem um verdadeiro propósito, sem metas claras, sem ideais que os impulsionem e sem sonhos que os inspirem. Algumas pessoas enfrentam dificuldades em lidar com suas fragilidades e lágrimas, pois foram preparadas apenas para vencer. Quando tombam pelo caminho ou perdem a direção, sentem-se perdidas, incapazes de reagir.


ARTE PAULO MÁRCIO

A vida nos ensina a lidar com os aplausos, mas poucos são preparados para enfrentar as vaias e pressões. Muitos andam com segurança quando tudo está dando certo, mas recuam e estagnam diante das incertezas e da falta de perspectiva. Recebem diplomas e reconhecimentos, lidam com aplausos e elogios, mas não sabem converter as críticas em propulsores para ousar, criar e cultivar aquilo que amam, mesmo que precisem correr riscos. Essa incapacidade de lidar com as crises e até mesmo com os fracassos gera uma decepção que vem acompanhada de falta de propósito, mergulhando assim em um mar profundo de consequências que afetam a saúde emocional e a qualidade de vida.

Encontramos na Bíblia diversas citações que nos incentivam a buscar um propósito maior, arriscar mais, dispor-se a enfrentar novos desafios sem temor e desenvolver a força necessária diante das adversidades. Um exemplo que merece ser mencionado é o do apóstolo Paulo, que em 2 Coríntios 4:8-9 nos diz: "Em tudo somos atribulados, mas não angustiados; perplexos, mas não desanimados; perseguidos, mas não desamparados; abatidos, mas não destruídos." Essa passagem nos mostra a importância de manter a fé e a esperança, mesmo em momentos de grande dificuldade.

É importante focar naquilo que podemos controlar e aceitar com serenidade aquilo que não podemos, para desenvolver uma mentalidade mais resiliente e proativa. Para fortalecer esta ideia, devemos desenvolver um olhar clínico e introspectivo, que nos permita o autoconhecimento. Conhecer e reconhecer nossas fraquezas e trabalhar para superá-las é uma virtude fundamental a ser desenvolvida em nosso caráter.

A Bíblia nos ensina em Provérbios 4:23: "Sobre tudo o que se deve guardar, guarda o teu coração, porque dele procedem as fontes da vida." Cuidar do nosso coração, das nossas emoções e dos nossos pensamentos é crucial para uma vida plena. Precisamos aprender a lidar com nossas frustrações e medos, transformando-os em oportunidades de crescimento. Em Filipenses 4:6-7, somos aconselhados: "Não andeis ansiosos por coisa alguma; antes, em tudo, sejam os vossos pedidos conhecidos diante de Deus pela oração e súplica com ações de graças. E a paz de Deus, que excede todo o entendimento, guardará os vossos corações e as vossas mentes em Cristo Jesus."

Isso envolve agir com integridade para com nossos sentimentos, ser honesto em todas as circunstâncias e, consequentemente, tratar os outros com o mesmo nível de compreensão, respeito e compaixão. Em Romanos 12:2, Paulo nos exorta: "E não vos conformeis com este mundo, mas transformai-vos pela renovação da vossa mente, para que experimenteis qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus."

Viver com propósito e enfrentar os desafios com resiliência são caminhos para uma vida mais plena e significativa. Devemos aprender a correr riscos de forma coerente, ousar e criar, sempre avaliando as consequências de nossas ações para com nossos sentimentos e emoções, cultivando uma vida leve e produtiva. Isso nos ajuda a desenvolver uma mente forte e um coração puro, capazes de superar qualquer adversidade e encontrar paz e alegria no caminho.

ORAÇÃO:

Senhor Deus, ajuda-nos a encontrar propósito em todas as circunstâncias de nossa vida. Dá-nos a força necessária para enfrentar as adversidades, sem perder a fé e a esperança. Ensina-nos a lidar com as críticas e os fracassos, transformando-os em oportunidades de crescimento e superação. Que possamos guardar nosso coração e mente em Ti, encontrando paz e alegria no Teu caminho. Em nome de Jesus, amém.

Coluna publicada aos domingos



COMARCA - SILVA JARDIM/RJ
OFICIO DE JUSTIÇA DE SILVA JARDIM

Edital – Alienação Fiduciário- Devedor Fiduciante, art. 26 § 4°, lei. 9514/97- Interessado(s): ***AGROPECUARIA PRESIDENTE LTDA.*** Fatima Bessa da Silva, oficial do Oficio de Justiça de Silva Jardim, atendendo a requerimento do credor fiduciário BANCO BRADESCO S/A, prenotado sob n 5554, nos termos do art. 26,4 da lei n° 9514/97, INTIMA o (a) devedor (a) fiduciante AGROPECUÁRIA PRESIDENTE LTDA, cujo(s) representante(s) está em lugar ignorado ou incerto, para que compareça(m), preferencialmente, ao endereço do credor fiduciário, ou ao endereço desta Serventia, situada na Rua Luiz Gomes, n 902, Centro- Silva Jardim RJ CEP: 28820-000, no prazo improrrogável de 15 (quinze) dias, contados desta data, no horário de atendimento, a fim de efetuar o pagamento do(s) encargo (s) vencido (s) e não pago(s), previstos no contrato/ escritura de financiamento imobiliário e/ou cédula de crédito bancário n 237/0129/14052010-1 de 14/05/2010 e seus respectivos aditamentos, com garantia de alienação fiduciária registrada na matrícula 186, a qual diz respeito ao imóvel situado no lugar de Juturnaíba, zona rural do 1 distrito deste, com a área de 266, 40ha (descrito e caracterizado na referida matrícula 186)- segundo o requerimento, o valor deste(s) encargos(s), posicionado em 05/09/2023, correpondentes ao valor contido na intimação e disponível para consulta nesta serventia, sujeitando-se a atualização monetária juros de mora e ao acréscimo do(s) encargo(s) que vence(em), até a data do efetivo pagamento. Na hipótese do pagamento se efetuado diretamente ao credor fidúciario, o recibo deverá ser apresentado à Serventia. Caso o pagamento não seja realizado diretamente ao credor fiduciário, o pagamento perante a Serventia deverá ser por meio de cheque admistrativo ou visado, com cláusula" não a ordem, nominal ao credor fiduciário ou a seu cessionário. Fica cientificado(a) que o não cumprimento da obrigação no prazo estipulado garente o direito de consolidação da propriedade do imóvel acima mencionado, em favor do credor fiduciário, nos termos do artigo 26.7, da lei n 9.514/97. Silva Jardim-RJ. Fatima Bessa da Silva. Oficial de Registro de Imóveis.

EDITAL DE INTIMAÇÃO DE RETOMADA DE JAZIGOS NO CEMITÉRIO JARDIM DA SAUDADE DE SULACAP/RJ.

Nos termos do DECRETO 39094/14, a ADMINISTRADORA DO CEMITÉRIO JARDIM DA SAUDADE DE SULACAP/RJ, HORUS EMPREENDIMENTOS S/A, dando prosseguimento ao PROCESSO DE INTIMAÇÃO E RETOMADA DE JAZIGOS EM DECORRÊNCIA DE INADIMPLÊNCIA POR MAIS DE TRÊS ANOS CONSECUTIVOS OU SEIS ALTERNADOS DO PAGAMENTO DE TAXA DE MANUTENÇÃO ANUAL vem, pela presente, VIA PUBLICAÇÃO EM JORNAL DE GRANDE CIRCULAÇÃO, INTIMAR NOVAMENTE (primeira intimação se deu através de envio de missiva à intimada) A POLÍCIA MILITAR DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO, ATRAVÉS DE SEU REPRESENTANTE LEGAL, NA QUALIDADE DE CESSIONÁRIA DOS 122 (CENTO E VINTE E DOIS) JAZIGOS PERPÉTUOS relacionados abaixo e LOCALIZADOS NO REFERIDO CEMITÉRIO, a fim de comparecer à administração do cemitério ou fazer contato através do telefone (21) 2232-3131 / 2010-5030 PARA, SENDO DE SEU INTERESSE, PROCEDER À REGULARIZAÇÃO DA SITUAÇÃO DE INADIMPLÊNCIA DAS REFERIDAS TAXAS, NO PRAZO MÁXIMO DE TRINTA DIAS A CONTAR DESTA PUBLICAÇÃO, SOB PENA DE RETOMADA DESTES JAZIGOS QUE SE ENCONTREM EM TAL SITUAÇÃO DE INADIMPLÊNCIA. Rio de Janeiro, 30 de junho de 2024. HORUS EMPREENDIMENTOS S/A: 2496, 2497, 2498, 2499, 2500, 2520, 2521, 2522, 2523, 2524, 2535, 2536, 2537, 2538, 2539, 2550, 2551, 2552, 2553, 2554, 2561, 2562, 2563, 2564, 2565, 2572, 2573, 2574, 2575, 2576, 2587, 2588, 2589, 2590, 2591, 2603, 2604, 2605, 2606, 2607, 2628, 2629, 2630, 2631, 2632, 2654, 2655, 2656, 2657, 2658, 25570, 25585, 26968, 26969, 26970, 27001, 27002, 27003, 27004, 27005, 27006, 27007, 27038, 27039, 27040, 27041, 27042, 27043, 27044, 27045, 27046, 27047, 42088, 42089, 42090, 42091, 42092, 42093, 42094, 42095, 42096, 42097, 42098, 42099, 42100, 42101, 42102, 42103, 42104, 42105, 42106, 42107, 42108, 42109, 42110, 42111, 42112, 42123, 42124, 42125, 42126, 42127, 42128, 42129, 42130, 42131, 42132, 42133, 42134, 42135, 42136, 42137, 42138, 42139, 42140, 42141, 42142, 42143, 42144, 42145, 42146, 42147





VOCÊ JÁ CONHECE AS NOSSAS REDES SOCIAIS?








Mire a câmera do seu celular para o QR Code e tenha acesso a muito mais informação. O Dia todo, a qualquer hora, em qualquer lugar.



INÊS 249

O DIA **Automania**

flavio.trindade@odia.com.br
leticia.moser@odia.com.br
automania@odia.com.br

MANUTENÇÃO DO CARRO

PEÇAS QUE PRECISAM DE TROCA FREQUENTE



DIVULGAÇÃO

Fazer a manutenção periódica nos veículos evita problemas maiores, como ficar no meio da rua com o carro quebrado ou pior. Algumas peças, porém, precisam ser trocadas com uma frequência maior do que outras.

O filtro de óleo precisa ser substituído junto ao óleo de acordo com a quilometragem vigente à viscosidade e aditivação do óleo. Já o óleo do motor, de acordo com sua composição ou usando o parâmetro de tempo de no máximo seis meses.

A correia dentada tem a troca recomendada entre 60 mil a 100 mil quilômetros rodados; o fluido de freio a cada 10 mil km ou um ano de uso e a bomba d'água a cada 40 mil e 60 mil quilômetros. Na dúvida, o ideal é sempre seguir o recomendado no manual do proprietário.

Além da troca dos itens citados, peças como filtro de ar, filtro de combustível, filtro de cabine, velas de ignição, fluido de transmissão e de arrefecimento, bateria, amortecedores e suspensão, lâmpadas e fusíveis devem ser verificadas com mais frequência, além das revisões regulares.

Já os pneus devem ser trocados a cada cinco anos ou ao atingir o indicador do desgaste da banda de rodagem, conhecido como TWI, que fica no sulco do pneu para demarcar quando atingem o limite de vida útil.

INMETRO: OS FLEX MAIS ECONÔMICOS

O Inmetro divulgou, na semana passada, a lista com os carros flex mais econômicos do país. É importante constar que alguns modelos podem ter apresentados variações mecânicas para a linha 2025, já nas lojas, em muitos casos, e o consumo pode apresentar pequenas variações com os anteriores. O Toyota Corolla Híbrido ficou em primeiro, o Corolla Cross Híbrido em segundo e o Renault Kwid em terceiro.

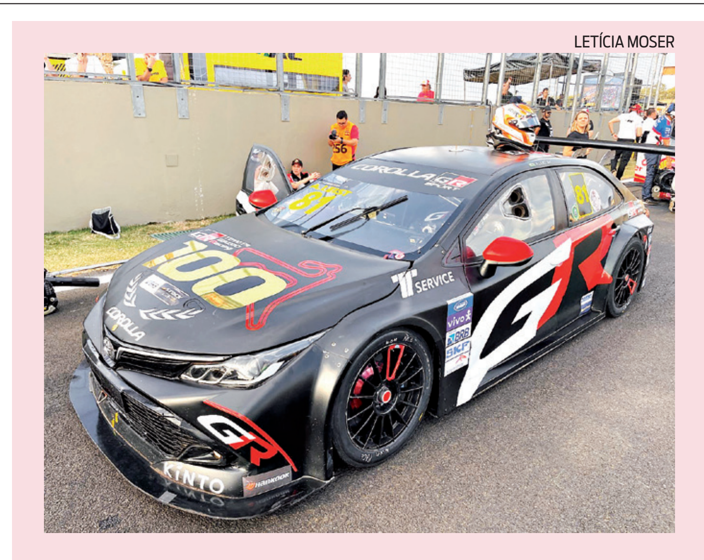
IG





Toyota Corolla Híbrido é o carro flex mais econômico do Brasil de acordo com o Inmetro

LETÍCIA MOSER



TOYOTA: 100 PROVAS NA STOCK CAR

■ A Toyota celebra hoje, no Autódromo Velocitta, em Mogi Guaçu, no interior de São Paulo, a sua 100ª prova na Stock Car, a principal categoria do automobilismo nacional. Em homenagem à expressiva marca, a etapa do Velocitta, 5ª da temporada, recebeu o nome de GP Toyota 100. A largada está prevista para ocorrer às 14h.

A fabricante estreou na Stock Car em julho de 2020, com uma vitória de Ricardo Zonta no Autódromo Internacional Ayrton Senna, em Goiânia. A marca também está presente em competições como o FIA WEC (Campeonato Mundial de Endurance) e o WRC (Campeonato Mundial de Rali).

Os números registrados pela Toyota Gazoo Racing, divisão de esportes a motor da companhia, na categoria brasileira são bastante significativos: sempre com o modelo Toyota Corolla GR, a marca tem 44 vitórias, 27 poles e 32 voltas mais rápidas. Além disso, levou Rubens Barrichello ao título da temporada 2022 com a equipe Full Time Sports.

Ontem, na corrida Sprint, Gaetano Di Mauro, da Cavaleiro Sports, pilotando um Chevrolet Cruze, terminou em primeiro. Dudu Barrichelo, em um Toyota Corolla, ficou em segundo. E Thiago Camilo, também em um Corolla, pela Ipiranga Racing, ficou em terceiro.

Uma série de ações marcou o evento também. Um desfile de carros especial foi realizado com dezenas de carros dos clientes Toyota, todos puxados pelo Stock Car pilotado por Arthur Leist.

Após as voltas no Velocitta, os carros foram posicionados para formar o número 100 na reta do autódromo. "Muito especial poder participar desta ação. É uma marca histórica e vamos trabalhar pelos resultados", disse Leist.

Reportagem da estagiária **Letícia Moser**, sob supervisão de **Flavio Trindade**

CLASSIMAIS

MAIS FÁCIL DE ACHAR, VENDER E COMPRAR.

O DIA LIGUE E ANUNCIE 2532-5000



compra e venda

centro

> bairro de fátima; catumbi; centro; lapa; cidade nova; gamboa; santo cristo; saúde

Leonel CONSÓRCIOS
COMPRA E VENDA
CONSÓRCIOS
Contemplados ou Não
Imóveis, Capital de giro, Autos, Utilitários e Caminhões...
Melhores preços!
Acesse o site
www.leonelconsorcios.com.br
(21) 97012-3333
(21) 96423-1303
(21) 99695-1897

c negócios

CLASSIMAIS LIGUE 2532-5000

INSS
TEVE SEU BPC/LOAS OU QUALQUER BENEFÍCIO NEGADO??
TEL: 3827-5138
ou 99775-5138
NÓS GANHAMOS PRA VOCÊ!!
ADVOGADOS ESPECIALISTAS
SÓ PAGA APÓS A VITÓRIA

RECANTO DAS ARTES - LEILÃO 44085
ON LINE- DIAS 2/3 DE JUNHO DE 2024
ÀS 19.00 HORAS
ORGANIZAÇÃO MG - GEOVANE 21-99280-0900
SHOPPING CASSINO ATLÂNTICO S/339
LEILOEIRA: VERA TOSTES- JUCERJA 271

RIO X MARAVILHA - LEILÃO 44591
ON LINE - DIA 8 DE JUNHO 2024
ÀS 19.00 HORAS
ORGANIZAÇÃO: THAIS SANTOS
CEL:21 - 98694-2824
SHOPPING CASSINO ATLÂNTICO S/SIEILOEIRA: VERA TOSTES- JUCERJA 271

negócios diversos

ADVOGADOS INSS
Especialista Direito Previdenciário, LOAS, Auxílio Doença, Benefício Indeferido, Pensões por Morte, Revisão da vida toda, Aposentadorias, Ações Trabalhistas. T.2262-4778/ 99948-3349

LIVROS V/TEXTO
Cultura Racional dos Livros Universo em Desencanto: conhecimento vindo de um mundo superior, o mundo Racional.

CLASSIMAIS LIGUE 2532-5000

d empregos

construção civil

ELETRICISTA
Desejável algum conhecimento rede/ lógica, disponibilidade trabalhar noite e finais semana. Comparecer com currículo: Rua Heitor Carrilho nº 85 Cidade Nova.

PINTOR
Desejável algum conhecimento Drywall. Comparecer com currículo na Rua Heitor Carrilho nº 85 Cidade Nova.

RIO BRASIL TERMINAL An ICTSI Group Company

Estamos recrutando:

Trabalhador Bloco

Requisitos: A empresa receberá os currículos de todos os interessados que possuam inscrição no OGMO/RJ, das seguintes atividades: "Capatazia, Consertadores, Bloco, Vigias e Multifuncionais". Auxiliar, sob orientação e supervisão, nas tarefas operacionais, prestando apoio durante as atividades de embarque, desembarque, armazenamento e manuseio de cargas gerais ou de contêineres a bordo das embarcações. Peando, despeando, forrando porões e conveses, aplicando e tirando sapatas lock (castanhas), de acordo com as normas e padrões estabelecidos para cada operação.

Oferecemos: • Assistência médico-hospitalar e Assistência Odontológica para o titular e até três dependentes • Seguro de Vida • Refeitório no Local • Vale Alimentação • Treinamento e Capacitação.

Local para Inscrição:
Av. Rodrigues Alves, S/Nº - Armazém 18 - OGMO

Prazo de Inscrição:
30/06/2024 a 19/07/2024

indústria

MARCENEIRO
Precisa-se de 01 Marceneiro, experiência em carteira. Comparecer documentos/ currículo: R.Júlio Ribeiro, 75 Bonsucesso (Próximo Praça Nações). Tel.:2051-5004

e casa

CLASSIMAIS LIGUE 2532-5000

Massagens e Acompanhantes

>recomendável para maiores de 18 anos
>submeter crianças ou adolescentes à prostituição ou à exploração sexual é crime com pena de reclusão de 4 a 10 anos e multa-art.244-a da lei 8.069/90
>encontros com pessoas desconhecidas podem ser perigosos. aconselha-se marcá-los em lugares públicos, além de informar a alguém local e hora do encontro

ABALA NOVA IGUAÇU

ABALA NOVA IGUAÇU
Gatas a partir de R$50,00 (Venha Conferir). Travessa Rosinda Martins 06/404 (Próximo Estação Nova Iguaçu). De segunda à sexta de 9:30h às 18:00h e sábado de 9:30h às 14:00h. Tel. (21) 98753-3039 WhatsApp (Admite-se)

CLASSIMAIS LIGUE 2532-5000

Trel Empresa de Ônibus TREL em Duque de Caxias admite:
20 MOTORISTAS •CNH D• •AMBOS OS SEXOS•
Com ou Sem experiência (Fazemos Treinamento)
06 MECÂNICO DIESEL
Com experiência em Ônibus ou Caminhão (SALÁRIO ACIMA DO MERCADO)
•Salário ACIMA DO MERCADO, após entrevista RH•
MAIS CESTA BÁSICA R$ 330,00 e ALMOÇO NA EMPRESA (com coparticipação)
02 LANTERNEIROS Com experiência em Ônibus ou Caminhão (SALÁRIO ACIMA DO MERCADO)
02 ELETRICISTAS Com experiência em Ônibus ou Caminhão (SALÁRIO ACIMA DO MERCADO)
Benefícios SEM CUSTO: •Cabeleireira (em breve) •Manicure •Dentista (em breve)
CONVÊNIOS: •Farmácia •Posto Gasolina •Papelaria •Ótica •Seguro de Vida •Plano de Saúde (em breve)
Colocar no currículo VAGA PRETENDIDA E INFORMAÇÕES COMPLETAS P/ ANÁLISE
WhatsApp: 21 99100-4323 Ou pelo email: atendimento@trel.com.br

ADMITE-SE
Moças maiores para Termas, Ótimos ganhos, moradia, comissão de bebidas, ambiente discreto.
Fixa ou freelancer. Início imediato.
T.(21)99329-3204/ (21)96975-5369.

CLASSIMAIS LIGUE 2532-5000

CLASSIMAIS
MAIS FÁCIL DE ACHAR, VENDER E COMPRAR.

LIGUE E ANUNCIE
2532-5000



CLASSIMAIS
LIGUE E ANUNCIE: 2532-5000 O DIA



Texto:
Ana Carla Gomes
acarla@odia.com.br

Arte:
Paulo Márcio

TRISTEZA

Certa vez, quando nem sonhava ainda em ser cronista, mostrei um texto meu para alguém. De volta, ouvi o comentário de que aquela escrita era bem triste. Sim, de fato era. Mas dei àquela opinião o direito de me censurar. Como se eu só pudesse trazer a público palavras de alegria. Uns bons anos depois, já escrevendo neste espaço aqui aos domingos, uma amiga mostrou a um conhecido uma crônica minha, e ele comentou que era bem melancólica. Sim, de fato era.

Desta vez, no entanto, fiquei feliz com o comentário. Eu me senti satisfeita com a percepção do outro sobre o sentimento que revelava naquele texto. Havia escrito sobre a morte do Bryan, nosso pastor canadense, com a dor e a saudade que isso representou para a nossa família. Cuidar dele foi uma herança que a minha mãe nos deixou, e vê-lo ir embora era reviver o luto da partida dela. Chorei tanto que passei um dia inteiro quase sem secar as lágrimas.

Ele partiu em uma segunda-feira e, na quarta, eu tinha uma entrevista marcada com o poeta Fabrício Carpinejar. Fui trabalhar ainda triste, mas também eufórica pela chance de estar pela primeira vez com alguém que tanto admiro. Sim, as emoções se misturam e nos confundem. Se o compromisso profissional estivesse marcado para terça-feira, certamente eu chegaria lá com os olhos inchados de tanto chorar. Pelo menos deu tempo de controlar um pouco as lágrimas que correm dos olhos. Mas aquelas internas, que parecem jorrar por uma eternidade, ainda não tinham sido estancadas.

Mesmo na tristeza, a vida se revelou bela para mim. Contei a Carpinejar sobre o Bryan e a ligação da sua partida com a minha mãe. De volta, recebi do poeta um abraço carinhoso e as seguintes palavras: "A história do cachorro é linda. Você me emprestou seus olhos. Eu estava com você em toda a cena". Da vergonha de ser triste, eu passei a compartilhar minhas lágrimas.

Tudo isso me veio à memória um dia após ter assistido ao filme 'Divertida Mente 2'. Estava na expectativa por ver a Ansiedade, como contei no último domingo, mas saí do cinema reforçando a importância da Tristeza, especialmente quando ela e a Alegria se dão as mãos.

Aliás, uma das maiores conquistas que tive na terapia foi aceitar a tristeza. Não significa entregar os pontos. Mas ter a coragem de encarar um caminho triste, em um primeiro momento, de olho em novos rumos. É impressionante pensar que já falei abertamente que preferia estar no lugar de sempre, com tristeza, a ter que encarar outro percurso. Hoje sei que a ruptura causa dor, mas é preciso enfrentá-la.

Também me lembrei de que houve um dia que já era noite, quando eu me aborreci com um acontecimento. Algumas lágrimas caíram. Chorei pouco, mas o suficiente para reconhecer a minha emoção naquele momento. E assim fomos dormir juntas — eu e a minha tristeza —, sabendo que por alguns dias ainda precisaríamos dar colo uma para outra.

Algumas lágrimas caíram... E assim fomos dormir juntas — eu e a minha tristeza —, sabendo que por alguns dias ainda precisaríamos dar colo uma para outra

Um olhar sobre o Rio

Nuno Vasconcellos

Coluna publicada aos DOMINGOS

umolharsobreorio@odia.com.br

odia.ig.com.br/rio-de-janeiro/um-olhar-sobre-o-rio

MACONHA NO BRASIL FOI LIBERADA, LÁ-LAIÁ-LÁ!

O título deste artigo remete a uma paródia que ficou conhecida nos recreios das escolas brasileiras nos anos 1970 — e que era cantada pela meninada mesmo durante os anos mais pesados dos governos militares. A música original se chamava Eu Te Amo Meu Brasil. Ela fez sucesso na interpretação do grupo Os Incríveis e foi uma peça importante na propaganda do regime autoritário. Na paródia, os elogios às belezas do país que estavam nos versos originais foram substituídos pela apologia à droga. O primeiro deles, que dizia, "As praias do Brasil, ensolaradas, la-laiá-lá" foi trocado por "maconha no Brasil foi liberada, lá-laiá-lá".


ARTE PAULO MÁRCIO

A paródia prosseguia com citações que não faziam sentido nem no passado nem no presente — mas foi impossível não lembrar dela depois da sessão do Supremo Tribunal Federal (STF) da terça-feira passada. Os ministros puseram fim a um caso que começaram a avaliar em 2011. Entre paralisações, pedidos de vista e votos surpreendentes, a Corte, por seis votos a cinco, descriminalizou a posse de até 40 gramas de maconha. Pela decisão, a partir de agora deixa de ser crime adquirir, guardar, transportar ou portar essa quantidade de maconha para uso pessoal.

Daqui por diante, quem for pego com qualquer quantidade de maconha até esse limite será considerado usuário. Acima daí, deverá ser enquadrado como traficante. O que vai acontecer é um mistério. Ao mesmo tempo em que permite ao usuário andar para lá e para cá com seus 40 gramas da erva no bolso, a medida continua proibindo o comércio e não desautoriza a ação da polícia contra os traficantes — mesmo porque, se a compra passou a ser permitida, a venda do entorpecente continua sendo crime.

O mesmo tratamento será dado para quem mantiver uma plantação de maconha dentro de casa. Quem cultivar até seis pés da planta fêmea — que contém as substâncias que "dão barato" — poderá dizer que elas estão ali para uso próprio. Acima disso, será enquadrado como traficante.

"VAPOR" E "AVIÃO" — Quem for flagrado com 39,9 gramas de maconha poderá ser considerado traficante desde que as "circunstâncias" da prisão indiquem que aquele indivíduo, além de fazer uso, também comercializa a planta. O que se pode prever é que qualquer inquérito que envolva tráfico de maconha será objeto de discussões intermináveis e muito provavelmente abrirá espaço para querelas que sobrecarregarão ainda mais um sistema que, por se prender a minúcias sem sentido como essa, acaba não fazendo aquilo que a sociedade espera que ele faça.

Outro ponto que entrou em foco e deu o que falar depois do anúncio da decisão foi a limitação que a descriminalização da maconha, obviamente, impõe ao trabalho da polícia. Ninguém deve se espantar se, porventura, aparecer algum desses gênios moderninhos do direito "garantista" para exigir que, além das câmaras corporais que terão que levar presas a seus uniformes durante as operações, os policiais também sejam obrigados a carregar uma balança de precisão para aferir no ato da abordagem aos suspeitos se a maconha apreendida ultrapassa ou não os limites definidos pelo STF.

É provável que o tratamento dado pela Justiça ao pequeno traficante, que muita gente já considerava frouxo mesmo antes dessa decisão, se torne ainda mais flexível. E que as minúcias e as chicanas jurídicas que já acontecem a torto e a direito nos processos criminais tornem praticamente impossível punir as pessoas que estão na porta de entrada do sistema criminoso que se inicia pelo tráfico e evolui para outras drogas.

Ninguém chega ao topo de qualquer organização criminosa, dessas que são responsáveis pela comercialização de toneladas de substâncias muito mais pesadas e nocivas do que a maconha, sem começar por ela. E ninguém se torna um chefão do tráfico sem ter sido, no início da "carreira" criminosa, uma "mula", um "avião" ou um "vapor". Em tempo: "avião" ou "mula" são aqueles sujeitos que transportam pequenas quantidades de drogas de um ponto a outro e têm o contato direto com o usuário. Já o "vapor" é geralmente o menor de idade encarregado de vigiar a boca de drogas e, depois de dar o alarme, "evaporar", ou seja, desaparecer, ao primeiro sinal de presença da polícia.

TRATAMENTO CAMARADA — Tão logo a decisão foi anunciada, a discussão tomou o rumo esperado e, como qualquer tema que se debate no Brasil, acabou descambando para a habitual troca de acusações entre os apoiadores e os opositores do governo. A esquerda "progressista" aplaudiu a medida por considerá-la uma proteção dos usuários contra a ação policial que, de acordo com essa turma, tem como único objetivo ampliar a punição sistemática a pretos e pobres nas comunidades mais vulneráveis. A direita, por sua vez, não tardou em identificar na decisão mais uma prova de que a Justiça brasileira, na opinião de seus adeptos mais renitentes, trabalha mais a favor do que contra os traficantes de drogas.

Tanto um lado como o outro estão errados em enfrentar esse debate com argumentos superficiais que, ao fim e ao cabo, servem apenas para manter a discussão na superfície — quando o certo seria tratar do assunto com serenidade e profundidade. Uma medida polêmica como essa vale tanto pela decisão tomada — e que deve ser acatada até segunda ordem — quanto por sua repercussão junto à sociedade. E a repercussão, nesse caso, foi a pior possível.

Na avaliação da opinião pública, a Justiça parece mesmo empenhada em aliviar o peso da lei sobre os pequenos traficantes. Tanto isso é verdade que, tão logo a sentença foi proferida, o Conselho Nacional de Justiça (CNJ) convocou um mutirão que, após a publicação do acórdão, avaliará a situação dos 6.343 processos que envolvem porte de maconha e que estavam parados em todo o país à espera do pronunciamento do STF.

Além disso, será feito um levantamento de todos os casos já julgados que podem ter a sentença alterada em função da decisão de terça-feira passada. "A regra básica, em matéria de direito penal, é que a lei não retroage se ela agravar a situação de quem é acusado ou esteja preso. Para beneficiar, é possível", disse o presidente do STF, que é também presidente do CNJ, ministro Luís Roberto Barroso.

Outro ponto lembrado por Barroso depois da decisão é o de que a medida terá um impacto positivo sobre o sistema carcerário, reduzindo custos e, também, a superlotação nas cadeias. De acordo com um levantamento do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), das 852 mil pessoas recolhidas ao sistema prisional brasileiro, conforme dados da Secretaria Nacional de Políticas Penais, cerca de 19 mil cumprem penas por terem sido presas com até 100 gramas de maconha.

Esse grupo custa ao sistema carcerário de todo o país cerca de R$ 592 milhões por ano. Dele fazem parte os quase 9 mil presidiários condenados depois de terem sido flagrados com até 25 gramas de maconha. Esse segundo grupo custa ao sistema prisional algo em torno de R$ 263 milhões por ano. A pergunta que se impõe é: será que esse dinheiro é bem empregado mantendo na cadeia pessoas que transgrediram a lei? Ou será que ele deveria ser destinado a reforçar a segurança e o sistema de saúde pública para proteger a sociedade dos criminosos que serão postos na rua e que, muito provavelmente, voltarão a levar a mesma vida que os levaram para a cadeia?

CREDIBILIDADE DO SISTEMA — É preciso sempre lembrar que as pessoas que estão presas por portar pequenas quantidades de drogas não estão na cadeia apenas porque um policial autoritário, a seu próprio juízo, resolveu colocá-las atrás das grades. Para estar numa penitenciária, elas foram presas em flagrante ou, então, depois de uma investigação com recursos materiais e humanos pagos pelo contribuinte.

Tiveram direito, no ato da prisão, à audiência de custódia em que puderam se explicar a um juiz. Quem não tinha dinheiro para contratar um advogado, teve direito a um Defensor Público nomeado pelo Estado. Foram, então, denunciadas pelo Ministério Público, que aceitou os argumentos da autoridade policial e encaminhou o processo à Justiça. A ação foi acolhida por um magistrado que, depois de seguir os trâmites previstos em lei, considerou os réus culpados e os condenou à pena de prisão.

Ao longo de todo processo, tiveram amplo direito de defesa — enquanto os policiais que os prenderam se viram na obrigação de comprovar uma, duas, dez vezes que tinham seguido o procedimento legal e estavam certos ao agir contra aquele indivíduo.

Uma das características da lei brasileira, que trata o tráfico de drogas como um crime hediondo, é que a pessoa só será presa por esse motivo se houver comprovação física de que a droga existe. Fotografias, testemunhos e até recibos da operação não são, nesses casos, provas suficientes para o prosseguimento do processo se a droga não estiver em poder do traficante na hora da prisão. Depois, ela deverá ser mantida em depósitos até o trânsito em julgado do processo.

Ou seja, embora os sinais ostensivos da presença do tráfico de drogas estejam por toda parte, é muito difícil ser condenado por esse crime no Brasil. Sendo assim, dizer que essas 19 mil pessoas que cumprem penas por portar "pequenas quantidades" de drogas estão privadas da liberdade em razão de algum tipo de arbitrariedade de um sistema injusto é pisotear em toda a credibilidade da polícia e da Justiça do Brasil.

DISCUSSÕES ACALORADAS — A medida do STF facilita a vida do usuário, mas não promove uma liberação tão geral quanto parece. Ela estabelece que, independentemente da quantidade da droga em poder da pessoa investigada, a autoridade policial deverá observar outros aspectos antes de considerá-la apenas uma usuária. Será preciso analisar, antes de liberar o acusado, a forma como a erva está guardada, a variedade da substância apreendida, o registro de operações comerciais relacionadas à droga, contatos de usuários ou traficantes no telefone celular e, ainda, as circunstâncias da apreensão.

Ou seja, ainda há muita coisa para se discutir em torno dessa questão antes de imaginar que ninguém terá problemas caso seja flagrado de posse de uma pequena quantidade da droga. Tudo permanecerá mais ou menos como é atualmente e é isso que desperta a curiosidade sobre a motivação do STF ao levar à frente esse julgamento nesse momento especialmente delicado do relacionamento entre os poderes.

As circunstâncias que cercam a conclusão do julgamento passam a impressão de que, mais do que encerrar o assunto, o STF pretendia afirmar seu poder neste momento em que o Congresso não parece disposto a ceder mais espaço para o Judiciário. Quando o projeto voltou a andar no ano passado e começou a ficar delineada a tendência de que os ministros tendiam a aprovar a descriminalização, o Congresso se apressou e acelerou a tramitação da Proposta de Emenda Constitucional 45, de 2023.

Conhecida como PEC das Drogas, a matéria, de autoria do presidente do Senado Rodrigo Pacheco (PSD-MG), estabelece critérios mais duros para classificar o tráfico de drogas e, em suma, considera crime o que o STF entendeu que não é. O projeto deverá ser levado à votação nos próximos dias e tudo indica que será aprovado. Isso significa que a decisão da Suprema Corte não encerra a discussão e que a aprovação da PEC 45 pelo Parlamento, quando acontecer, servirá apenas para jogar mais lenha na fogueira e prolongar um debate que, com todo respeito, é importante demais para continuar a ser travado fora de limites técnicos e científicos. E não pode continuar a ser levado adiante, como vem acontecendo, ao sabor de paixões políticas ou da disputa entre poderes.

PORTA DE ENTRADA — "A Suprema Corte não tem que se meter em tudo. Ela precisa pegar as coisas mais sérias, sobretudo o que diz respeito à Constituição, e virar senhora da situação. Mas não pode pegar qualquer coisa e ficar discutindo, porque aí começa a criar uma rivalidade que não é boa, a rivalidade entre quem manda: o Congresso ou a Suprema Corte?", disse o presidente Luiz Inácio Lula da Silva, em entrevista ao Portal UOL, ao comentar a decisão dos ministros sobre a descriminalização da maconha.

O presidente está certo, mas é preciso considerar, também, o outro lado da moeda. Da mesma forma que muita gente considera estranho o fato de o STF ter começado a se mexer justamente no momento em que o Congresso avalia uma PEC sobre o tema, o fato é que os parlamentares também só demonstraram preocupação com o assunto depois que o julgamento se pôs a andar na Corte. Teria sido melhor que uma negociação séria e profunda entre os três poderes tivesse tratado da questão e gerado resultados muito mais positivos do que as decisões desencontradas e açodadas que vêm sendo tomadas em torno de um tema tão sensível.

A sociedade, claro, não recebeu bem a decisão dos ministros — sobretudo neste momento em que o tráfico de drogas é o lado mais evidente da onda de violência que transformou a segurança pública na preocupação número 1 dos cidadãos. A questão é séria demais para se limitar apenas em definir uma determinada quantidade de gramas de maconha, definida sem qualquer critério que não fosse a vontade dos ministros. O limite de 40 gramas estabelecido na sessão de terça-feira passada foi definido sem qualquer critério científico. Ele reflete apenas a média das propostas apresentadas pelos ministros desde que o tema começou a ser tratado pela Casa, no distante ano de 2011.

Uma lei sobre o assunto deve envolver vários aspectos. É preciso considerar que, mesmo sendo considerada uma droga mais leve, a maconha age sobre o sistema nervoso central e provoca efeitos que inclui, entre outros, déficits cognitivos de longo prazo, ansiedade, surtos psicóticos e perda de concentração. A erva é a porta de entrada para o mundo das drogas. Depois de experimentá-la e de se habituar a seus efeitos, é comum que os usuários partam para experiências mais radicais com a cocaína e com outras substâncias mais pesadas.

Ou seja, não importa se a maconha seja a estrela principal ou mera coadjuvante no mundo das drogas. O que interessa é que ela faz parte de uma engrenagem criminosa cada vez mais sólida, poderosa e nociva — que deve ser analisada não apenas pelo lado criminal mas também por seus efeitos sociais. A maconha é parte de um sistema que deve ser visto à luz do Direito, da pauta social, da saúde pública e, claro, da segurança. E nunca da ideologia de quem defende ou de quem ataca seu uso.

(Siga os comentários de Nuno Vasconcellos no Twitter e no Instagram: @nuno_vccls)

INÊS 249

SAIBA COMO SE PROTEGER DE GOLPES QUE USAM 'DEEPFAKES'

Especialistas oferecem dicas de prevenção e orientações sobre como agir caso você seja vítima de uma fraude criada com o uso de Inteligência Artificial (IA)

MARCELLO CASAL JR/AGÊNCIA BRASIL

Uso de Inteligência Artificial por criminosos para aplicar golpes é cada vez mais frequente

O golpe de se passar por outra pessoa para extorquir dinheiro não é novo, mas com o avanço da Inteligência Artificial (IA) tornou-se possível criar vídeos e áudios que simulam a realidade. No início do mês, pesquisadores da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) apontaram que 4.321 anúncios nas plataformas da Meta, como Instagram e Facebook, promoviam uma falsa indenização pela empresa Serasa. Os conteúdos apresentavam trechos de vídeos gerados por IA de políticos como o presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) e Nikolas Ferreira (PL-MG).

O cofundador do Site Confiável, Alessandro Fontes, explica que esses vídeos gerados por IA são conhecidos como deepfakes. "Mesmo que (o vídeo) pareça real e a voz seja idêntica, ele é falso. Chama-se deepfake. Os criminosos usam recursos de Inteligência Artificial para fazerem você acreditar e confiar no que eles estão oferecendo", afirma.

O golpe da Serasa não é o único. No dia 23 de junho, por exemplo, uma transmissão ao vivo no YouTube atraiu mais de 30 mil espectadores ao exibir um deepfake de Elon Musk. No vídeo, a imagem gerada por IA, que se apresentava como o bilionário, promoveu golpes envolvendo criptomoedas e solicitou depósitos em um site fraudulento.

Além dos golpes envolvendo deepfakes de famosos, diz Alessandro Fontes, "criminosos têm usado o recurso para burlar tecnologias de identificação facial de grandes bancos. Outros têm criado falsos nudes de mulheres para assediá-las e extorqui-las". A tecnologia também permite simular alguém da família para pedir dinheiro, por exemplo.

COMO EVITAR GOLPES

Segundo Daniel Blanck, advogado especialista em Direito Digital, uma das formas mais eficazes para evitar cair em golpes é conhecê-los. "Estar atento às novas modalidades de fraudes, acompanhar as notícias veiculadas na mídia a fim de estar apto a identificar possíveis tentativas é a melhor forma de reduzir a chance de virar uma vítima".

Por outro lado, Blanck também defende medidas práticas para o dia a dia. Entre elas, a proteção de dados, o uso de senhas complexas com alterações regulares e não clicar em links suspeitos. Ele destaca a necessidade de "analisar o conteúdo detalhadamente antes de abrir ou clicar, verificando a autenticidade das informações e a origem das mensagens".

O presidente da Associação Brasileira de Lawtechs e Legaltechs (AB2L), Daniel Marques, pontua que outro cuidado importante é não acreditar em promessas impossíveis e desconfiar de comportamentos que fogem do padrão. Marques também defende que é necessário manter o software de segurança, como antivírus e firewalls, atualizado. Por último, ele destaca que é importante evitar compartilhar informações pessoais sensíveis on-line.

O Centro de Estudos, Resposta e Tratamento de Incidentes de Segurança da Informação (CERT.br) disponibiliza uma cartilha de segurança na internet, conforme apontado por Rafael Torres, especialista em tecnologia da SM Holding. Para acessar, basta clicar no link: cartilha.cert.br. "É um conteúdo de fácil compreensão para todos os níveis de conhecimento e idade", diz.

Reportagem da estagiária **Alexia Gomes**, sob supervisão de **Marlucio Luna**

ARQUIVO PESSOAL



Daniel Marques aconselha: 'Não acredite em promessas impossíveis'

ARQUIVO PESSOAL



Daniel Blanck diz que, ao cair em golpes, é importante bloquear cartões

Ao cair em um golpe é importante manter a calma

> Se você foi vítima de um golpe, ou conhece alguém que está passando pela situação, Blanck explica que é importante manter a calma e seguir alguns passos para se resguardar de forma rápida e eficiente.

O advogado diz que, de imediato, é necessário bloquear cartões de crédito e débito. Também é importante "contatar as administradoras dos cartões, informando a ocorrência e requerendo o monitoramento de gastos que fujam ao seu perfil", pontua. Outra dica é registrar um boletim de ocorrência junto à polícia.

Uma recomendação essencial, segundo Rafael Torres, é "fazer um registro detalhado de todo o ocorrido, transações e evidências relacionadas ao golpe". Alterar todas as senhas e fazer um acompanhamento de como seus dados estão sendo utilizados também são medidas fundamentais. "Essa consulta pode ser feita de forma gratuita no Registrato, no site do Banco Central. Nesse serviço, é possível verificar todas as contas bancárias abertas em seu nome, todas as chaves Pix registradas com seus dados e seu histórico financeiro".

Em caso de chantagem, Alessandro Fontes defende que é importante não se assustar. "Procure a polícia e faça uma denúncia o mais rápido possível", diz. Avisar amigos e familiares sobre o que está acontecendo também é necessário. "É importante ter uma rede de apoio emocional e digital", afirma o especialista.

LGPD e o Marco Civil da internet

> Apesar de o Brasil não contar com uma legislação específica sobre o uso de Inteligência Artificial, Daniel Marques explica que há leis que abrangem esses casos, como, por exemplo, a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) e o Marco Civil da internet.

De acordo com ele, "a LGPD é fundamental para regular o uso e a proteção de dados pessoais, abrangendo também aqueles tratados por inteligência artificial". Marques acrescenta que "o Marco Civil da Internet é outra peça chave na legislação brasileira", por definir "princípios, garantias, direitos e deveres para o uso da internet no país".

No Brasil, já há projetos de lei em trâmite para punir esses crimes de forma mais específica, aponta o advogado Daniel Blanck.

ENEM 2024: DICAS PARA ALCANÇAR 1000 NA REDAÇÃO

Prova será realizada no dia 3 de novembro, juntamente com linguagens e ciências humanas. Especialistas e alunos que tiveram excelentes resultados abrem o jogo

Maior prova de vestibular do Brasil, o Enem se aproxima, e os estudantes vão entrando na reta final de suas preparações. Os exames serão realizados nos dias 3 e 10 de novembro, com o primeiro deles sendo dedicado a linguagens, ciências humanas e suas tecnologias e ela, a tão temida redação. Com peso alto na nota da grande maioria de cursos e universidades, além de um tema que só é conhecido pelos alunos no momento da avaliação, a redação requer uma atenção especial, e algumas dicas e medidas podem ser seguidas para que se busque a tão sonhada nota 1000. **O DIA** conversou sobre o assunto com especialistas e alunos que fizeram excelentes provas recentemente.

Thiago Braga, gestor da área de redação do Colégio pH, detalhou separadamente cada uma das cinco competências cobradas pela banca do Enem, com dicas para cada uma delas.

Competência 1: ter poucos ou nenhum erro de norma culta. Isso significa ter atenção a todos os parâmetros correspondentes a esse nível de uso da linguagem: ortografia, pontuação, concordância verbal e nominal, regência verbal e nominal e organização sintática. "A dica aqui é sempre revisar o texto depois que ele estiver pronto, sempre com atenção aos tópicos mencionados anteriormente", disse.

Competência 2: Para obter a nota máxima, o candidato precisa entender o tema proposto. Além disso, é necessário respeitar os parâmetros de um texto dissertativo-argumentativo. Ainda faz-se necessário utilizar um repertório sociocultural produtivo. "A dica aqui é buscar algumas referências que podem ser utilizadas em diversos temas para facilitar a inserção de repertório no texto da prova. O conceito de 'banalidade do mal', proposto pela filósofa Hannah Arendt, é bom exemplo", destaca.

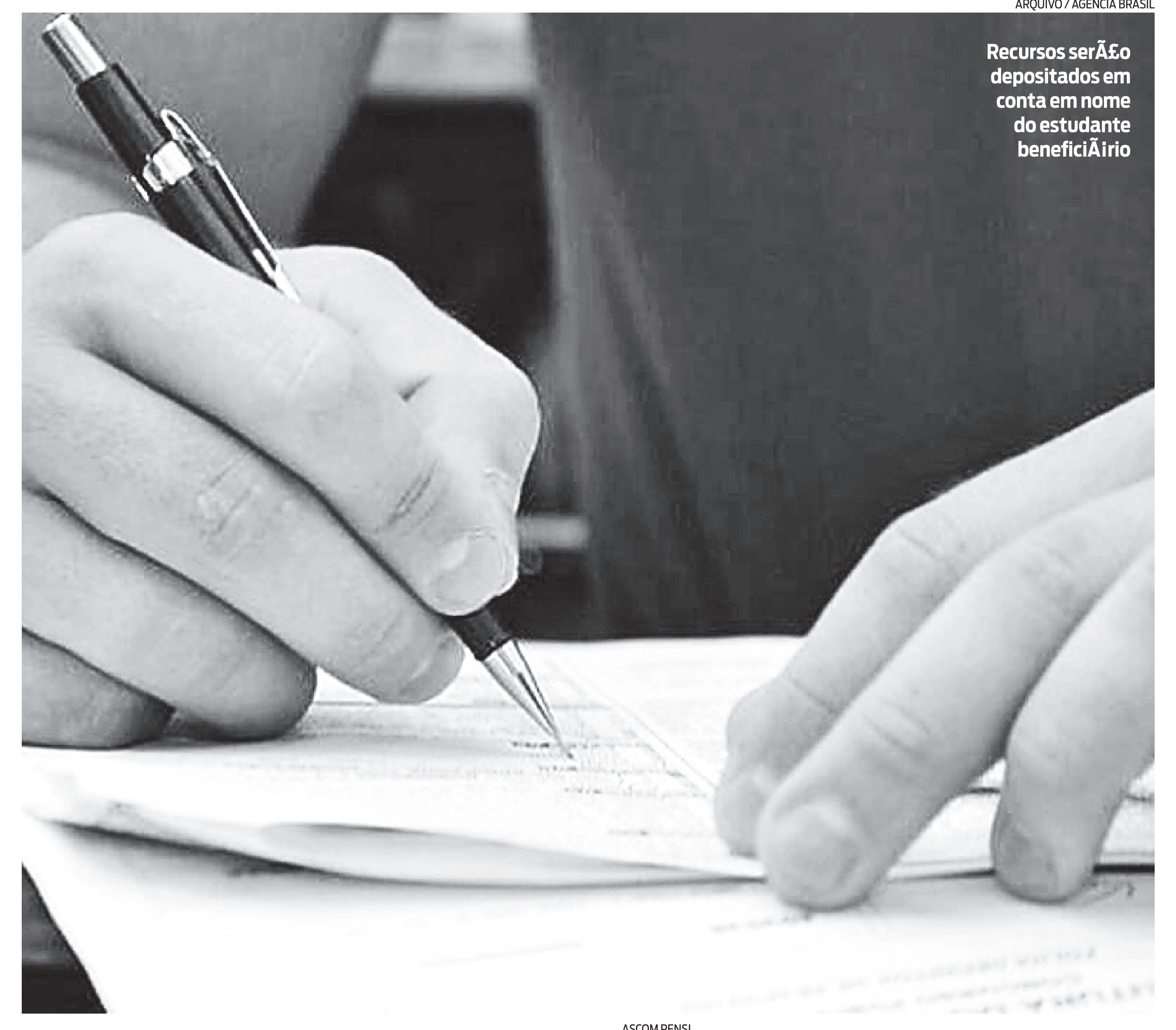
Competência 3: o grau máximo aqui é alcançado por meio de uma construção argumentativa bem fundamentada, construída por meio do uso de métodos argumentativos como causa/consequência, analogia, indução, dedução e outros. "A dica aqui é produzir muitas redações ao longo do ano, pelo menos uma por semana, e receber o feedback de um corretor que conheça bem os critérios avaliativos".

Competência 4: O grau máximo é alcançado se o aluno consegue utilizar recursos variados de coesão textual, como conectivos, pronomes, sinônimos, hiperônimos e hipônimos e elipses. "A dica aqui consiste em estudar os diversos mecanismos coesivos e aplicá-los nas produções semanais".

Competência 5: O aluno deve propor uma sugestão de intervenção para o problema apresentado pela banca. "A dica aqui está em ler propostas de textos nota 1000 e tentar reproduzir suas estruturas para o tema que está sendo feito", afirma Thiago.

Entenda cada uma das cinco competências cobradas pela banca do Enem

ARQUIVO / AGÊNCIA BRASIL



Recursos serÃ£o depositados em conta em nome do estudante beneficiÃ¡rio

Simulados têm papel importante

> **O DIA** também recebeu as dicas e a rotina de Ana Coutinho, ex-aluna do Colégio pH que tirou nota 1000 na redação do Enem. Atualmente, cursa Direito na UFRJ.

Ela diz que buscava ampliar suas possibilidades de repertório sociocultural em quase todas as aulas, como sociologia, filosofia e literatura. Praticava bastante sua redação, fazia simulados frequentemente e, nas aulas, nunca perdia a oportunidade de parar os professores para conversar, pedir conselhos e tirar dúvidas.

"Os simulados são essenciais também para a sua consciência durante a prova. Eu já sabia a ordem das questões que eu ia fazer e quanto tempo eu demorava. Sabia o momento certo de ir ao banheiro e comer, por exemplo. Isso ajuda muito na organização e na confiança".

ASCOM PENSI



Monique Campos, ex-aluna do Pensi, está na Unirio

> ***"Eu já sabia a ordem das questões que eu ia fazer e quanto tempo eu demorava"***
>
> ANA COUTINHO, ex-aluna do Colégio pH

ENTENDA MAIS

Saúde emocional e seu impacto direto nos estudos e no desempenho

■ Monique Machado Monnerat Rodrigues Campos, de 17 anos, ex-estudante do Pensi e que atualmente cursa Medicina na Unirio, falou sobre sua experiência e a preparação que a possibilitou tirar 980 na redação do Enem 2023.

Ela diz que os pontos fundamentais para a conquista de uma boa nota são o estudo da estrutura e a prática: "Pesquisar sobre cada uma das competências requeridas pela banca e o que leva à perda de ponto é uma ótima maneira de começar os estudos, pois desse jeito é mais fácil compreender os seus erros e consequentemente consertá-los".

Monique também deu grande destaque a importância da saúde emocional e o seu impacto direto tanto nos estudos quanto no desempenho. Ela conta que, no início da redação, estava muito ansiosa e sem conseguir fazer o seu melhor. Porém, sabendo do peso da redação em sua média, abriu mão de algumas questões da prova para dedicar mais tempo ao texto. "Conseguir tomar essa decisão naquele momento crítico foi o que possibilitou a minha aprovação".

Ex-CEO da Americanas é solto um dia após prisão

Miguel Gutierrez é acusado de ter vendido milhões de reais em ações antes do rombo bilionário da empresa ser exposto

Um dia após ser preso em Madri, Miguel Gutierrez, ex-CEO da Americanas, foi solto na capital espanhola ontem. Ele havia sido detido na Operação Disclosure, da Polícia Federal acusado de envolvimento em fraudes contábeis estimadas em R$ 25,3 bilhões. A defesa de Gutierrez informou que ele está em casa e nega as acusações, conforme reportagem exibida no 'Jornal Hoje', da TV Globo. Apesar da soltura, Gutierrez terá que entregar seu passaporte à Justiça da Espanha, se comprometendo a não deixar o país.

Miguel Gomes Pereira Sarmiento Gutierrez e outros ex-executivos da rede varejista são investigados por uso de informações privilegiadas, além de outros delitos investigados na Operação Disclosure. Na ocasião, foram vendidos R$ 287 milhões em ações pouco antes do anúncio, em janeiro do ano passado, da existência de um rombo de R$ 25,3 bilhões no balanço da empresa.

Segundo a investigação que resultou na ação, Gutierrez e Anna Saicali (ex-diretora da empresa) teriam vendido mais de R$ 230 milhões — R$ 171,7 milhões e R$ 59,6 milhões, respectivamente — em ações da Americanas antes de as fraudes contábeis na empresa se tornarem públicas.

REPRODUÇÃO/CNN



Miguel Gutierrez, ex-diretor da Americanas, deixa a prisão em Madri

PRISÃO REVOGADA

O juiz Márcio Muniz da Silva Carvalho, da 10ª Vara Federal Criminal do Rio, revogou a prisão da ex-diretora da Americanas Anna Saicali. Para isso, o magistrado estabeleceu duas condições: a apresentação dela no aeroporto de Lisboa hoje, e a entrega de seu passaporte à PF assim que desembarcar no Brasil.

A defesa informou à Justiça que Anna tinha um voo marcado para o Brasil no dia 5 de julho. Segundo Carvalho, a reserva foi feita em 26 de junho, dia seguinte à decretação da prisão preventiva da ex-diretora da Americanas, sem que os advogados da empresária explicassem a mudança na data do retorno ao Brasil (inicialmente previsto para o dia 26).

Assim, o juiz seguiu uma sugestão 'consensual' feita pela PF, que, em sua avaliação, "atende ao mesmo tempo aos anseios da investigada e à boa administração da Justiça".

É o bicho

blog: www.odia.com.br/blog/eobicho Com conteúdo: Portal iG

Gato é resgatado em árvore a mais de 4 metros de altura

Felino escapou de uma casa e acabou ficando preso no Parque Nacional do Grand Canyon, nos EUA

Um gatinho frajola se viu em uma situação complicada após escalar em uma árvore no Parque Nacional do Grand Canyon, no Arizona (EUA). As imagens do felino foram compartilhadas pela equipe do parque.

Nas fotos, o gato aparece se equilibrando pela barriga em um galho, em uma posição bastante desconfortável. O animal não conseguiria sair dali sozinho. Por sorte, ele foi encontrado e resgatado por um bombeiro.

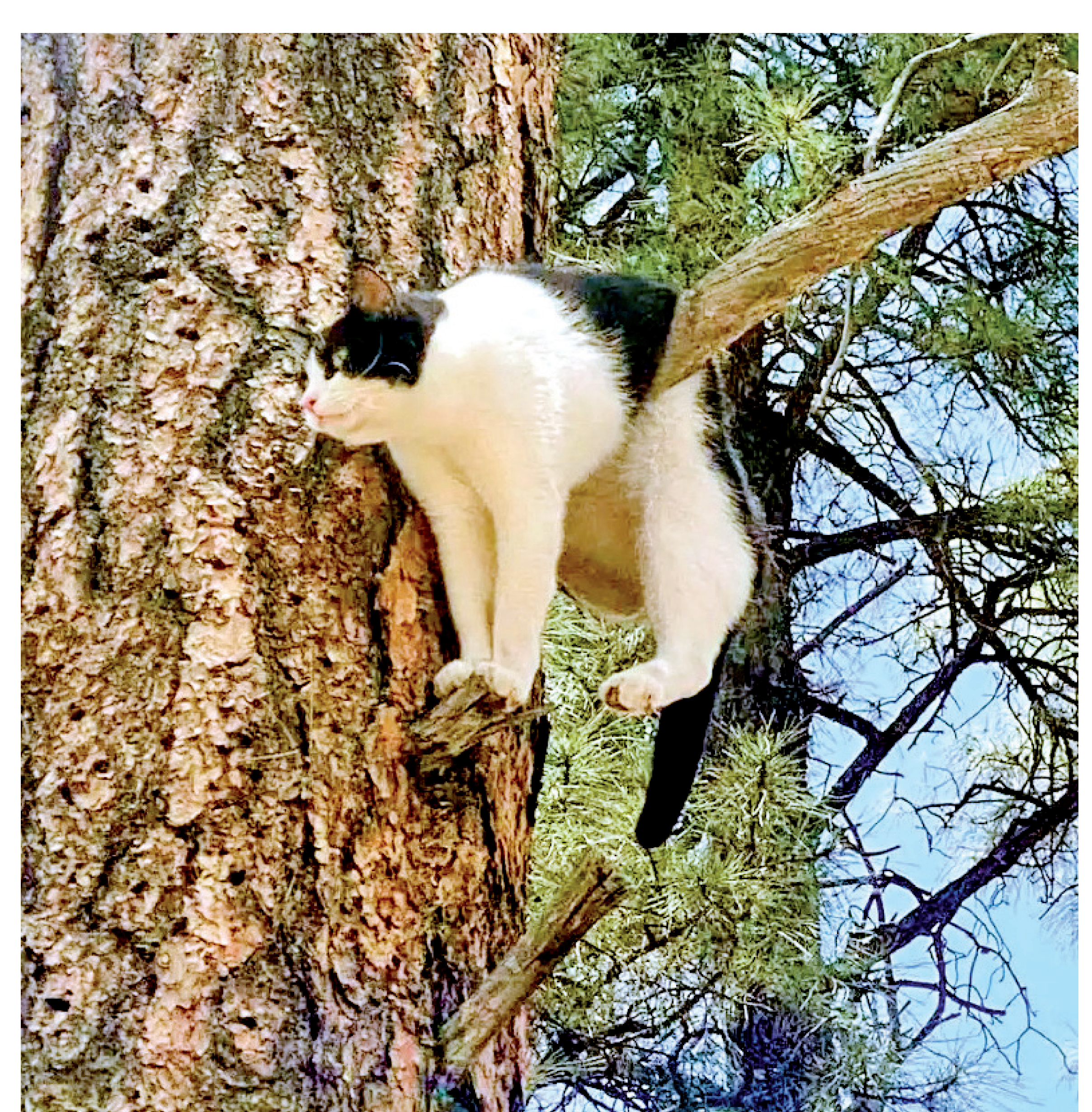
"Um grande agradecimento aos nossos bombeiros e socorristas que entraram em ação para resgatar um aventureiro peludo do alto de uma árvore no Grand Canyon", diz uma publicação nas redes sociais da administração do parque, brincando que o felino teria escalado para ter "uma vista panorâmica perfeita".

Após seu resgate, que ocorreu por volta das 13h, no horário local, a equipe pediu ajuda para localizar os tutores do animal. O reencontro aconteceu no mesmo dia, por volta das 19h.

"Os tutores foram localizados", escreveu a equipe do Parque Nacional em uma nova publicação. "Obrigado a todos pelo apoio e votos de boa sorte!"

Um porta-voz do parque disse à People que o gatinho se chama Archie e havia escapado de uma área residencial próxima. O felino de 2 anos estava preso a uma altura de 4,5 metros de altura.

Uma das razões pelas quais os gatos ficam "presos" em cima de árvores, especialmente nos galhos mais altos, é o medo. Mas será que os felinos têm medo de altura? É mais provável que eles não tenham medo de altura. Pelo contrário, eles gostam de pontos elevados que permitam observar o território.


REPRODUÇÃO/ REDES SOCIAIS

CÃO CUTUCA IRMÃ COM A PATINHA PARA BRINCAR

REPRODUÇÃO

A filhote Berlín, da raça bernese, explodiu o fofurômetro da internet ao pedir para a irmã Malu, uma golden retriever, para brincar com a patinha. A cadela ama brincar com a irmã, que é muito mais preguiçosa que ela. O vídeo é filmado pela tutora das cachorras, Stefany, que Berlín implora por atenção para brincar com a irmã mais velha, empurrando-a com a patinha. No Brasil, a raça é conhecida como Boiadeiro de Berna.


REPRODUÇÃO

CAMPANHA DE RESGATE DE ANIMAIS

Visando desenvolver a responsabilidade social e trabalhar a conscientização com relação à sustentabilidade ambiental e à defesa dos animais, em parceria com a ONG Proteção Animal Resgate, o Colégio Santa Marcelina de São Paulo lançou o projeto 'Tampinhas Solidárias'. De janeiro a abril, foram recolhidos 50kg de tampinhas plásticas. Segundo a professora Priscilla Macedo da Costa, os estudantes são os grandes responsáveis por mobilizar toda a comunidade, desde familiares, equipe, vizinhos e parentes, para a arrecadação dos itens, que são enviados ao Luiz Scalea, mentor responsável pelo resgate de animais.


REPRODUÇÃO/ REDES SOCIAIS

GATO PRESO ENTRE PNEUS DE VEÍCULO

Um gatinho curioso deu o maior trabalho para os serviços de resgate de Ohio, nos Estados Unidos, depois de ficar preso entre os pneus de um caminhão. A organização disse nas redes sociais que um motorista estava fazendo uma inspeção no veículo pré-viagem em uma estrada no condado de Portage quando descobriu um gatinho preso entre dois pneus. Um vídeo do resgate mostra uma pessoa explicando que o gatinho aparentemente ficou com uma de suas garras presa em alguma coisa.

"Assista a este resgate de um gatinho preso no poço da roda de um caminhão. Esta missão de resgate aparentemente impossível teve um final feliz", escreveram os funcionários da organização.

ESCONDERIJO

Qualquer pessoa ficaria surpresa ao encontrar um filhote de gato saindo de dentro da parede de sua casa. Shana Levenson se deparou com nada menos do que cinco no início deste mês. Shana, que sempre teve apenas cachorros, começou a ouvir uivos estranhos e arranhões vindos do telhado e das paredes da casa onde vive com a família, nos Estados Unidos. Eles não sabiam que tipo de animal encontrariam ali, até começarem a ouvir os miados. Shana sabia que precisava agir rapidamente para resgatar. O que ela não esperava é que outros quatro filhotes surgiriam do mesmo lugar. Alguns dias depois, a dona da casa se deparou com a mãe gata rondando a residência.


REPRODUÇÃO/ REDES SOCIAIS

Ataque

F-1: VERSTAPEN FAZ A POLE NA ÁUSTRIA

Max Verstappen, da Red Bull, chegou a 40 poles na carreira ao fazer o melhor tempo no treino para o GP da Áustria de F-1, com 1min04s426. Ele terá Lando Norris, da McLaren ao seu lado na primeira fila. A largada, hoje, será às 10h, em Spielberg

FLAMENGO

Duelo em ritmo de decisão para o líder no Maracanã

Disposto a voltar a vencer no Campeonato Brasileiro, Rubro-Negro recebe o Cruzeiro, adversário direto na luta pelo título

Com o Maracanã lotado e sem Gabigol, afastado pela diretoria, ontem, após celeuma sobre a renovação de seu contrato, o Flamengo recebe o Cruzeiro, hoje, às 18h30, disposto a se manter na liderança do Campeonato Brasileiro. Caberá a Tite e seus comandados mostrarem que a perda da invencibilidade na competição (para o Juventude) ficou no passado e que o novo problema extracampo não irá afetar o rendimento da equipe.

O Flamengo, porém, terá pela frente um adversário perigoso. Com quatro pontos a menos, o Cruzeiro é um dos fortes candidatos a atrapalhar o Rubro-Negro na busca pelo título. Se vencer hoje, o time mineiro só dependerá de si para ultrapassar os donos da casa na tabela, já que tem um jogo atrasado. Por isso, o duelo ganha um peso ainda maior.

Mais do que vencer, o ideal para o Flamengo, ainda esfacelado pelos desfalques por causa da Copa América, é aumentar o saldo de gols para não correr o risco de perder a liderança para o Bahia, que enfrenta o São Paulo, no Morumbis, e, hoje, é o único time que pode tirar o Flamengo do topo da tabela.



O afastamento de Gabigol não é definitivo e a diretoria irá avaliar, jogo a jogo, a sua condição no clube

Embora o adversário não seja moleza, o retrospecto recente é animador. O Flamengo defenderá uma invencibilidade de nove anos contra o Cruzeiro no Brasileiro. O último triunfo da Raposa aconteceu em junho de 2015, por 1 a 0, no Mineirão. Desde então, foram nove vitórias do time da Gávea e dois empates em 11 partidas. Por outro lado, no mesmo período, os mineiros levaram a melhor nas oitavas da Libertadores de 2018 e na final da Copa do Brasil de 2017.

De volta aos treinos após sofrer uma pancada no pé esquerdo, Bruno Henrique vai reforçar o ataque do Flamengo, hoje, na vaga de Victor Hugo, já que Everton Cebolinha segue lesionado. Além do atacante, David Luiz e Allan também devem regressar à formação titular, nos lugares de Léo Pereira e Léo Ortiz.

MARCELO CORTES / CRF



Livre de lesão no pé esquerdo, Bruno Henrique está de volta ao time

FICHA TÉCNICA



FLAMENGO

Rossi, Wesley, Fabrício Bruno, David Luiz e Ayrton Lucas; Allan, Gerson e Lorran; Luiz Araújo, Bruno Henrique e Pedro.
Técnico: Tite

CRUZEIRO



Anderson; William, Neris, João Marcelo e Marlon; Romero, Lucas Silva, Ramiro e Matheus Pereira; Veron e Arthur Gomes.
Técnico: Fernando Seabra

Local: Maracanã. **Árbitro:** Bráulio da Silva Machado (SC). **Horário:** 18h30

GABIGOL AFASTADO

A diretoria decidiu afastar Gabigol. O jogador não foi relacionado para o jogo contra o Cruzeiro, em razão das declarações de seu empresário, Júnior Pedroso, que contestou a proposta de renovação apresentada pelo clube — disse que já trabalha a saída de Gabigol na próxima janela de transferências.

O afastamento não é definitivo, apenas para a partida de hoje. O clube avaliará jogo a jogo se voltará a utilizar ou não Gabigol.

SELEÇÃO BRASILEIRA

Dorival minimiza o favoritismo

Precavido, técnico avisa que é preciso ter cuidado com Argentina, Colômbia e Uruguai

Pés no chão e humildade. Esta é a posição do técnico Dorival Junior em relação à Seleção na Copa América dos Estados Unidos. Mesmo após a goleada (4 a 1) sobre o Paraguai, ele frisou que o Brasil está atrás de algumas equipes na competição.

"Acho que no nosso continente temos três equipes que chamam atenção: a Argentina, última campeã sul-americana e campeã mundial, merece respeito e atenção; a Colômbia, que vem crescendo assustadoramente; e o Uruguai, com ótimo trabalho, base forte e que vem sendo renovada, com uma geração consistente. Temos de ter cuidado", avisou.

As três seleções citadas por Dorival Júnior já garantiram vagas às quartas de final — a Venezuela também conseguiu o mesmo feito. O Brasil irá encarar a Colômbia, terça-feira, para confirmar a classificação. Caso empate, avançará em segundo lugar. Se vencer, passará em primeiro.

Em caso de derrota terá que torcer para Costa Rica ou Paraguai não tirarem a vantagem de saldo grande que o Brasil tem no momento.

RAFAEL RIBEIRO / CBF



Seleção de Dorival Junior vai encarar a Colômbia em busca da vaga

AMERICA

Sangue novo para se reabilitar na Série A2

De técnico novo, o America tenta retomar o embalo perdido na Série A2 do Carioca: encara o Resende, hoje, às 14h45, no Estádio do Trabalhador, na esperança de que o treinador Eduardo Allax seja o sangue novo necessário para recolocar o time no caminho das semifinais.

O início mágico, com direito à liderança isolada, ficou para trás depois de três rodadas seguidas sem vencer — empate em 2 a 2 com o Serrano e derrotas por 1 a 0 para Araruama e Duque de Caxias. A vaga que parecia bem encaminhada ficou ameaçada. Por isso, uma vitória hoje é essencial.

Outro que tenta retomar o embalo é o centroavante André, artilheiro do time na Taça Santos Dumont, com cinco gols, mas que não balança a rede desde o triunfo por 3 a 1 sobre o Artsul, na terceira rodada.

Além da expectativa pela estreia de Allax, a torcida aguarda ansiosamente pela entrada de Romário, que tem treinado com o elenco e ainda não jogou. Sua presença na lista de relacionados para o jogo também é um mistério.



LANÇAMENTOS DO RADIALISTA E ESCRITOR FERNANDO MANSUR

ALEGRIA NO AR 2
Mensagens de Otimismo pelas Páginas de um Jornal

Este é o sentido de nossa coluna dominical "Alegria no ar", no jornal carioca O DIA.
Escrever é um desafio permanente e um estímulo para desenvolver as ideias e compartilhá-las.
Periodicamente, reúno essas ideias e as publico em forma de livro.
Penso nas mensagens como bilhetes colocados em uma garrafa e lançados ao mar. Um dia alguém pode pegar a garrafa, abri-la e encontrar algum significado naquele bilhete despretensioso.



UM ANJO DE MARIA
Um minuto de Teosofia para uma hora do dia

São mensagens curtas, simples e objetivas, baseadas no conhecimento da TheoSophia, ou seja, a Sabedoria Divina, transmitida através das idades.
Fragmentos desta Sabedoria estão presentes na essência de toda religião e filosofia verdadeiras, que visam o genuíno autoconhecimento e a compreensão da lei universal da fraternidade e da unidade de todas as coisas.

PEÇA SEU LIVRO PELO TELEFONE/WHATSAPP 61 98613-4906 OU PELO EMAIL COMERCIAL@EDITORATEOSOFICA.COM.BR

INÊS 249

EUROCOPA

Alemanha e Suíça fazem a festa

Rumo às quartas de final, donos da casa eliminam a Dinamarca e equipe de Freuler surpreende a Itália

Alemanha e Suíça mostraram força, ontem, na abertura das oitavas de final da Eurocopa. Em Dortmund, os donos da casa, com gols de Havertz e Musiala, fizeram 2 a 0 na Dinamarca, no Signal Iduna Park, e garantiram a festa de seus torcedores. Já os suíços surpreenderam a favorita Itália (atual campeã continental), no Olympiastadion, em Berlim, e seguem na luta pelo título graças aos gols de Freuler e Ruben Vargas.

Nas quartas de final, a Alemanha terá pela frente (sexta-feira, em Stuttgart) o vencedor do duelo entre Espanha e Geórgia, que se enfrentam hoje, às 16h (de Brasília), em Colônia. A Suíça, por sua vez, irá medir forças (sábado, em Düsseldorf), com quem passar no confronto entre Inglaterra e Eslováquia, que jogam hoje, às 13h (de Brasília), em Gelsenkirshen.

Em Dortmund, a confirmação da vaga alemã veio em um jogo tranquilo para os donos da casa. Os germânicos dominaram a Dinamarca e balançaram as redes outras duas vezes: na primeira, a jogada foi anulada por falta; na segunda, Wirtz estava em posição irregular. A Dinamarca chegou a fazer um gol, mas um impedimento milimétrico invalidou o lance.

Por volta dos 35 minutos do primeiro tempo, o árbitro Michael Oliver paralisou a partida por causa de raios próximos ao estádio. A chuva apertou e até granizou caiu. Com isso, os jogadores foram para os vestiários. Além disso, os torcedores foram se proteger na parte interna do estádio ou no alto das arquibancadas, que são cobertas pelo teto. Cerca de 25 minutos depois, o jogo foi retomado. Sem sustos para a Alemanha.

Já a Suíça se impôs diante da Azzurra. O primeiro tempo foi totalmente controlado pela seleção comandada pelo técnico Murat Yakin. Freuler, aos 38 minutos, recebeu passe de Vargas na área e abriu o placar. Pouco depois, já na reta final, Rieder cobrou falta e a bola tocou na trave antes de sair.

Na segunda etapa, a Suíça marcou o segundo gol logo no primeiro minuto. A Itália errou na saída de bola e Vargas, após bela troca de passes, acertou o ângulo de Donnarumma. Com a vantagem, a Suíça apenas fez o tempo passar diante de uma Itália abatida e sem qualquer poder de reação.

KIRILL KUDRYAVTSEV / AFP



Vargas (17) vibra com a equipe após fazer o segundo gol suíço

TOBIAS SCHWARZ / AFP



Havertz (7) abriu o placar e deu início à festa dos alemães, em Dortmund, na vitória sobre a Dinamarca

SEMANA DE PREÇOS + BAIXOS

FIBROLAR
Construir ou Reformar, Fibrolar é seu lugar!

COMPRAS A PARTIR DE R$1.000,00 EM ATÉ 6X NOS CARTÕES VISA, MASTERCARD E AMERICAN EXPRESS*

TRABALHAMOS COM VÁRIOS TIPOS DE MADEIRAS:MAÇARANDUBA, GARAPA, ITAUBA, PINUS AUTOCLAVE, CUMARU, IPÊ TABACO, ROXINHO, ESCORAS TRATADAS E GRAPADAS, ENTRE OUTRAS BRUTAS E APARELHADAS

ENTREGAMOS NO RIO E EM TODO GRANDE RIO

COMPRAS A PARTIR DE R$ 5.000,00 EM ATÉ 10X - ADUELAS / ALIZARES / PORTAS E JANELAS COM 10% A VISTA E RETIRANDO

Portas Lisas / Frizadas / Maciças Prime / Montada / Pivotante R$ IMPERDÍVEL

Kit Portas Prontas 60/70/80cm a partir de R$278,99

Porta Amescla c/fechadura R$287,99

MDF Cru 03mm R$59,33 06mm R$105,10 09mm R$124,62 15mm R$152,75 18mm R$183,53

Chapatex branco 2,44x1,22x2,5 p/ fundo de gaveta armário R$44,99

Compensado Naval 2,20x1,60 06mm R$91,94 10mm R$140,83 15mm R$197,81 18mm R$236,48 20mm R$255,81

IMPERDÍVEL Lambril Cedro Rosa Legítimo Primeira R$102,24

TEMOS TACO GARAPA, CUMARU, IPÊ TABACO, JATOBA

Ripado Freijo Pacara R$195,00 m²

PROMOÇÃO Pisos e Assoalhos
Cumaru a partir de R$260,99 | Curupixa a partir de R$204,99 | Garapa a partir de R$224,99 | Ipê a partir de R$273,99 | Roxinho a partir de R$171,99 | Sucupira a partir de R$150,99
Ipê do Campo a partir de R$120,99 | Itauba a partir de R$170,99 | Jatoba a partir de R$195,99 | Peroba Mica a partir de R$246,99 | Tauari a partir de R$155,99 | Parquet Ipê a partir de R$291,99

Tábua pinus 28cm bruta R$30,55 pç

Tabua Pinus 29cm Aparelhada R$54,99 pç

Banco de Jardim R$696,99

Ripado Pinus R$156,00 m²
Ripado Tauari R$220,00 m²
Lambril Ripado Garapa R$142,09 m²
Lambril Ripado Jatoba R$161,02 m²

Telha Esmaltadas Karina/Real Saldo 1 Face R$2,50 2 Faces R$3,90

Cola de Contato R$82,99

Deck 10x2cm Ipê campo R$18,51 ml Ipê Tabaco R$23,25 ml

Plastificado 2,44x1,22 15 e 18mm R$49,99

Aduela Angelim 13cm R$146,93 14cm R$158,24 15cm R$169,47 Temos outras medidas

Aduela Tauri 10cm R$112,30 13cm R$145,18 14cm R$156,34 15cm R$167,53

Valor no dinheiro e retirando.

WWW.FIBROLAR.COM.BR

Rod. Washington Luiz, 3931 - Vila São Luiz
Duque de Caxias (Rio/Petropólis) - Estacionamento Próprio e Seguro
Segunda a Sexta - 7:42h às 17:30h
2672-9001/99408-5461

Crédito sujeito a aprovação. Ofertas Válidas até 05/Julho /24 ou enquanto durarem nossos estoques. Fotos são meramente ilustrativas. Reservamo-nos o direito de corrigir possíveis erros de digitação. Preços Promocionais para pagamento à vista em espécie e retirando no local. Horário de retirada de mercadoria : Segunda a sexta de 7:42 às 11:30 e das 13:00 às 17:00 .* Pagamento até 6x sem juros nos cartões para compras a partir de R$1.000,00 e preço de tabela, não promocional. *** Consulte maiores informações sobre a tabela de parcelamento em até 10x. Os Valores já estão com descontos aplicáveis.

FALTOU EMOÇÃO!

Empate na base da transpiração

Pouco inspirados, Vasco e Botafogo ficam no 1 a 1 em clássico com gols de cabeça de Vegetti e Bastos

Depois de um primeiro tempo truncado, Vasco e Botafogo acordaram na etapa complementar e empataram por 1 a 1, ontem, em São Januário, pela 13ª rodada do Campeonato Brasileiro. De cabeça, Bastos abriu o placar para o Glorioso depois de cobrança de escanteio de Óscar Romero. O Cruz-Maltino deixou tudo igual com Vegetti, da mesma forma, após cruzamento de Piton.

Com o resultado, o Vasco chegou aos 11 pontos ganhos e continua na 16ª colocação na tabela de classificação. O Botafogo, por sua vez, alcançou os 24 pontos e assumiu, temporariamente, a vice-liderança. O Vasco volta a campo na próxima quarta-feira, às 20h, para enfrentar o Fortaleza, em São Januário. Já o Botafogo visitará o Cuiabá, no mesmo dia, mas às 19h, na Arena Cuiabá.

Vasco e Botafogo fizeram um primeiro tempo muito truncado e de 19 faltas. Com isso, nenhuma das duas equipes teve uma grande chance para balançar as redes até o intervalo de um clássico de poucas emoções. O Cruz-Maltino até conseguia puxar contra-ataques, mas não definia a jogada quando se aproximava da área. O Glorioso, por sua vez, não teve inspiração para abrir espaços e furar a zaga adversária.

Dentre as muitas faltas no jogo, uma irritou mais o lado botafoguense. Hugo Moura acertou uma solada na canela de Tchê Tchê, mas o volante não foi punido.

No início do segundo tempo, as duas equipes se soltaram um pouco mais. O Botafogo conseguiu chegar pelo lado esquerdo com perigo e quase abriu o placar com Cuiabano, que parou em grande defesa de Léo Jardim. Já o Vasco descolou uma boa jogada, em que Vegetti ficaria cara a cara com John, mas Damián apareceu na hora certa para fazer o corte.

Com o passar do tempo, o Cruz-Maltino conseguiu ficar mais com a posse de bola. Nesse cenário, a equipe de Rafael Paiva apostava em bolas levantadas na área, mas as cabeçadas não encontravam a direção da meta do goleiro John.

Nesse momento, em que o Vasco tinha mais posse, o Botafogo abriu o placar em uma de suas principais armas: a bola parada. Aos 28 minutos, Óscar Romero se posicionou para a batida de escanteio e fez o levantamento na área. Bastos subiu sozinho e ainda contou com a falha de Léo Jardim para fazer o gol.

O Cruz-Maltino, então, foi para cima do Glorioso e seguiu apostando em ataques na bola pelo alto. Dessa vez, a opção funcionou. Aos 39 minutos, Piton fez cruzamento na medida para Vegetti, que cabeceou no cantinho e fez seu quinto gol no Brasileiro. John hesitou para sair do gol, e a bola entrou. Um jogo de muita transpiração e pouco inspiração.

VÍTOR SILVA/BOTAFOGO



Damián Suárez se livra da marcação de Sforza: o Alvinegro está na vice-liderança do Brasileiro, enquanto o Vasco segue perto do Z-4

FLUMINENSE

Contra o Grêmio, Tricolor luta para evitar mais um vexame no Brasileiro

Na lanterna e sem vencer há um mês, time pode igualar a pior marca de sua história

Em crise e na lanterna do Campeonato Brasileiro, o Fluminense parece não encontrar uma luz no fim do túnel para sair do fundo do poço. Afinal, completou um mês sem vitória e amarga uma sequência de cinco derrotas consecutivas. Em caso de novo resultado negativo diante do Grêmio, penúltimo colocado, hoje, às 16h, em Caxias do Sul (RS), o Tricolor igualará a pior marca de sua história no campeonato.

A última vitória do Fluminense foi no dia 29 de maio: 3 a 2 no Alianza Lima, do Peru, no Maracanã, pela Libertadores. Desde então, foram seis jogos, um empate e cinco derrotas. O jogo de hoje tem um peso especial, já que é uma oportunidade de o time sair da última posição. Se vencer, o Tricolor passa Grêmio na tabela de classificação, mas qualquer resultado diferente o manterá na última posição do Z-4.

Essa é a maior sequência de derrotas do Fluminense no Brasileirão por pontos corridos. A pior marca aconteceu em 2003, ano da primeira edição, quando o time perdeu seis jogos seguidos e lutou contra o rebaixamento até o final, mas escapou da degola.



Substituto do demitido Fernando Diniz, o técnico Marcão é o novo dono da bola no Fluminense

FICHA TÉCNICA

GRÊMIO

Marchesín; João Pedro, Geromel, Rodrigo Ely e Reinaldo; Dodi, Pepê, Edenilson, Cristaldo e Gustavo Nunes; Pavon. **Técnico:** Renato Gaúcho

FLUMINENSE

Fábio, Samuel Xavier, Antônio Carlos, Thiago Santos e Marcelo; Martinelli, Gabriel Pires, Ganso e Terans; Keno e Cano. **Técnico:** Marcão

Local: Estádio Centenário (RS).
Árbitro: Paulo Cesar Zanovelli (MG).
Horário: 16h

Hoje, em Caxias do Sul, a tendência é que o técnico Marcão repita a escalação que perdeu para o Vitória, quarta-feira, no Maracanã. A única mudança será a entrada de Gabriel Pires na vaga de Alexsander, suspenso. Lima, Felipe Melo, Isaac, Marquinhos e Manoel, lesionados, também seguem fora. Com isso, Terans deverá ganhar nova chance no meio de campo.

Vivendo seus últimos dias de contrato no Fluminense, Marlon pode ter seu contrato renovado. Marcão pediu para que a diretoria faça um esforço para mantê-lo no clube. A ideia é um novo empréstimo, até junho de 2025, junto ao Shakhtar Donetsk, da Ucrânia, que detêm os direitos do zagueiro.

O entendimento da comissão técnica é de que Marlon tem qualidade para formar boa dupla de zaga com Thiago Silva. Sua permanência, no entanto, envolverá uma redução salarial, uma exigência do Fluminense.

tabelaçoaço

site: www.odia.com.br

CAMPEONATO BRASILEIRO - SÉRIE A

	CLASSIFICAÇÃO						SALDO			
	CLUBES	PT	J	V	E	D	GP	GC	S	AP
1º	Flamengo	24	12	7	3	2	20	11	9	66,0%
2º	Botafogo	24	13	7	3	3	21	13	8	61,0%
3º	Bahia	24	12	7	3	2	20	13	7	66,0%
4º	Palmeiras	23	12	7	2	3	16	9	7	63,0%
5º	Cruzeiro	20	11	6	2	3	15	14	1	60,0%
6º	Athletico-PR	19	12	5	4	3	15	10	5	52,0%
7º	Bragantino	19	13	5	4	4	17	15	2	48,0%
8º	São Paulo	18	12	5	3	4	17	14	3	50,0%
9º	Internacional	17	10	5	2	3	9	7	2	56,0%
10º	Atlético-MG	17	11	4	5	2	17	15	2	51,0%
11º	Fortaleza	17	11	4	5	2	11	11	0	51,0%
12º	Juventude	16	11	4	4	3	14	15	-1	48,0%
13º	Cuiabá	13	13	3	4	6	14	17	-3	33,0%
14º	Criciúma	12	10	3	3	4	17	18	-1	40,0%
15º	Vitória	12	12	3	3	6	14	19	-5	33,0%
16º	Vasco	11	13	3	2	8	13	25	-12	28,0%
17º	Atlético-GO	10	12	2	4	6	10	15	-5	27,0%
18º	Corinthians	9	12	1	6	5	9	13	-4	25,0%
19º	Grêmio	7	10	2	1	7	7	12	-5	23,0%
20º	Fluminense	6	12	1	3	8	10	20	-10	16,0%

Libertadores | Pré-Libertadores | Sul-Americana | Zona neutra | Rebaixamento

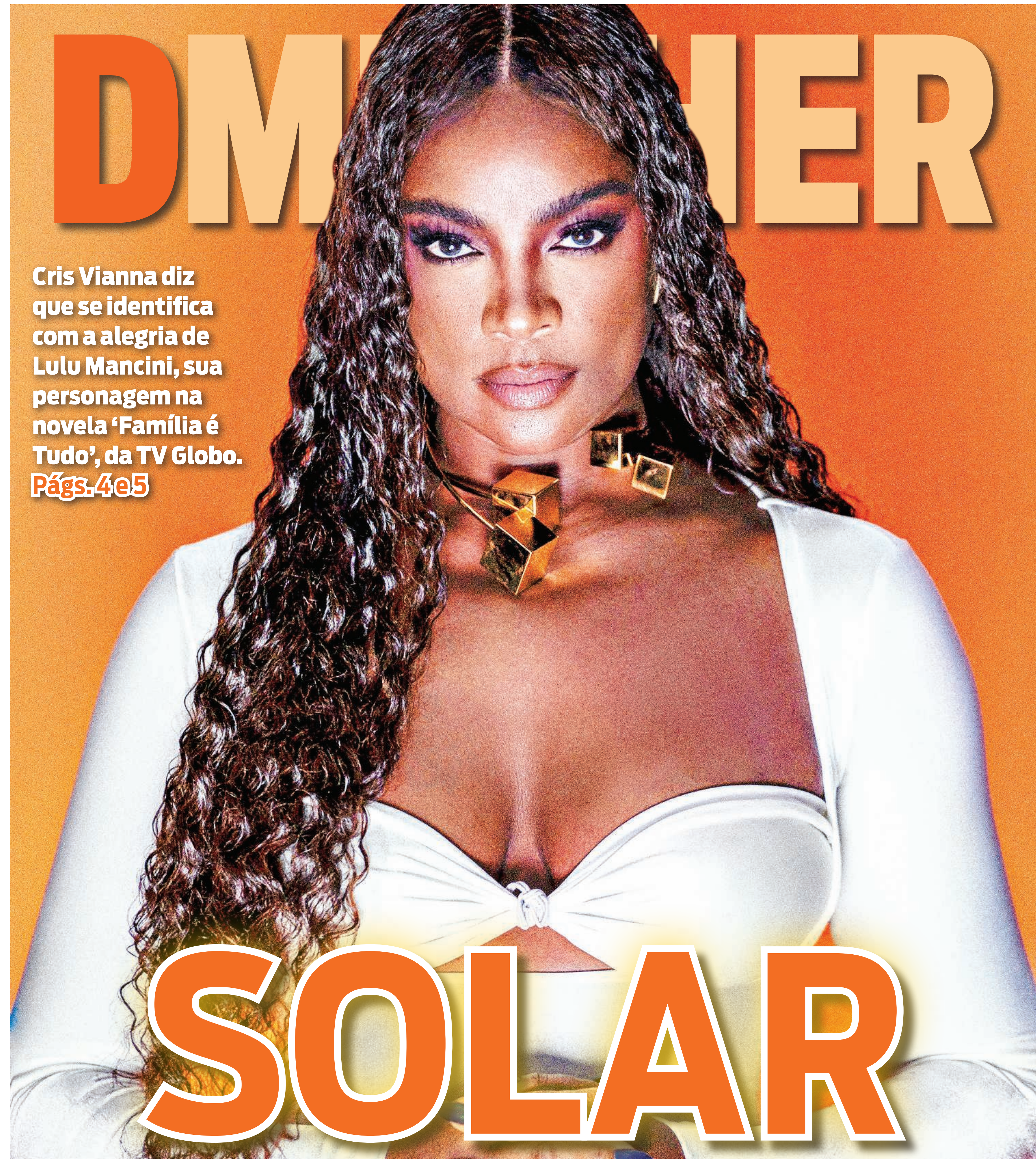
RESULTADOS

JOGO					LOCAL
13ª RODADA / ONTEM					
Vasco	1	x	1	Botafogo	São Januário
Cuiabá	1	x	1	Bragantino	Arena Pantanal

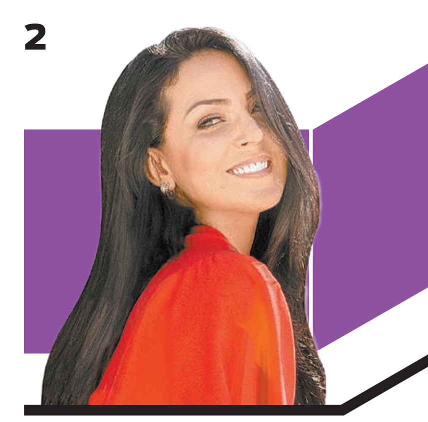
PRÓXIMOS JOGOS

JOGO			HORA	LOCAL
13ª RODADA / HOJE				
Atlético-MG	x	Atlético-GO	11h	Arena MRV
Grêmio	x	Fluminense	16h	Centenário
São Paulo	x	Bahia	16h	Morumbis
Fortaleza	x	Juventude	16h	Castelão
Vitória	x	Athletico-PR	18h30	Barradão
Flamengo	x	Cruzeiro	18h30	Maracanã
Criciúma	x	Internacional	18h30	Heriberto Hülse
13ª RODADA / SEGUNDA-FEIRA				
Palmeiras	x	Corinthians	20h	Allianz Parque

INÊS 249



LUCAS MENNEZES / DIVULGAÇÃO



GardêniaCavalcanti

E-MAIL:
gardeniacavalcanti@odia.com.br
INSTAGRAM:
@gardeniacavalcanti
■ site: https://odia.ig.com.br/odiad/gardenia

ATENÇÃO

Diabetes: conheça os cuidados essenciais para evitar a doença silenciosa

Na última semana comemoramos os Dia Nacional de Combate ao Diabetes. Dados da pesquisa Vigitel Brasil 2023 mostram que a condição atinge 10,2% da população brasileira. O país é o quinto no ranking mundial, atrás apenas dos EUA, China, Índia e Paquistão.

O que é o Diabetes? Considerada uma doença crônica, acontece quando o corpo não produz insulina suficiente ou não consegue usar adequadamente a insulina produzida. A insulina é essencial para permitir que a glicose dos alimentos entre nas células e seja utilizada como energia. Sem insulina eficaz, os níveis de glicose no sangue se elevam, gerando diversas complicações de saúde. A doença se manifesta de duas formas principais:

Diabetes Tipo 1: Ocorre quando o sistema imunológico ataca e destrói as células beta do pâncreas, responsáveis pela produção de insulina. É geralmente diagnosticado em crianças e jovens adultos.

Diabetes Tipo 2: A doença resulta da resistência à insulina e uma deficiência relativa de insulina. Está associada a fatores de risco como obesidade, sedentarismo e alimentação inadequada, sendo mais comum em adultos.

"Muitas vezes ela é uma doença silenciosa. Quase metade das pessoas com o tipo 2, o mais comum, nem sabe da presença da condição e quando descobre pode ser tarde demais. É preciso estar

REPRODUÇÃO DA INTERNET



atento aos sintomas comuns, como o excesso de sede e de vontade de fazer xixi, em especial durante a noite", destaca o médico Durval Ribas Filho, presidente da Associação Brasileira de Nutrologia.

Riscos à saúde: A doença pode levar a várias condições graves, como doenças cardiovasculares, neuropatia diabética (danos aos nervos, especialmente nas pernas e pés, que causam dor, formigamento e perda de sensibilidade), doença renal, retinopatia diabética (problemas nos vasos sanguíneos da retina, levando à visão turva, manchas ou pontos na visão e até a cegueira), entre outros.

Prevenção é essencial: Adotar uma dieta balanceada, reduzir o consumo de açúcar e gorduras saturadas, comer mais fibras, controlar o peso, praticar atividades físicas, fazer os exames de saúde e buscar apoio profissional.

BOLO LOW CARB DE COCO

Para ajudar na dieta vamos aprender a fazer um delicioso bolo low carb de coco. Receita da Luciana Werneck, dona da Dijucake.

REPRODUÇÃO DA INTERNET



Ingredientes
- 4 ovos
- 50ml de óleo de girassol
- 90g de adoçante xylitol
- 50g de coco ralado grosso
- 50g de coco ralado fino
- 75ml de leite de coco
- 10g de fermento em pó

Modo de fazer:
- Bater tudo no liquidificador. O coco grosso e o fermento é só misturar com uma colher. Colocar em uma forma untada e levar ao forno com 180º por cerca de 40 a 45 min.

■ Cobertura
- 30g de coco ralado grosso
- 100ml de leite de coco
- 7g de adoçante xylitol

Modo de fazer:
- Juntar tudo na panela e levar ao fogo até engrossar um pouco

BELEZA DA ALMA

"Só existem dois dias no ano que nada pode ser feito. Um se chama ontem e o outro se chama amanhã, portanto hoje é o dia certo para amar, acreditar, fazer e principalmente viver" (Dalai Lama)

Manual de sucesso para emagrecer

Perder peso é essencial para reduzir o risco de diabetes. Por isso, conversamos com a Lara Cortinhas, que é nutricionista especialista em nutrição esportiva, saúde Intestinal e saúde da mulher. Ela deixou 6 dicas valiosas do seu 'Manual do sucesso', para emagrecer. Confira!

1. Planeje suas refeições: Faça um plano semanal de refeições saudáveis e lanches nutritivos para evitar decisões impulsivas e escolhas alimentares inadequadas.

2. Priorize alimentos naturais e integrais: Opte por alimentos não processados, ricos em nutrientes como frutas, vegetais, grãos integrais, proteínas magras e gorduras saudáveis.

3. Controle as porções: Mantenha o equilíbrio controlando o tamanho das porções. Use pratos menores para evitar excessos e pratique o mindful eating para desfrutar mais cada refeição.

4. Beba bastante água: A desidratação pode ser confundida com fome. Beba água ao longo do dia para manter-se hidratada e reduzir o apetite por alimentos desnecessários.

5. Tenha snacks saudáveis à mão: Mantenha opções de snacks saudáveis, como frutas frescas, nozes ou iogurte natural, sanduíche para quando sentir fome entre as refeições principais.

6. Equilibre e varie sua dieta: Não se prive de alimentos que você ama, mas consuma-os com moderação e equilíbrio. Varie sua dieta para garantir a ingestão de diferentes nutrientes essenciais.

ALIADA DO EMAGRECIMENTO

Pipoca traz inúmeros benefícios para a saúde. Confira!

ISABELLE ROSA
isabelle.rosa@odia.com.br

Sucesso nos cinemas e nas festas juninas, a pipoca traz vários benefícios para saúde, como redução do risco de doenças cardíacas e até combate ao envelhecimento. Rica em fibras e com baixa caloria, a delícia, além de proporcionar uma sensação de prazer, ainda pode ser uma grande aliada quando o assunto é emagrecimento. O aperitivo pode ser uma ótima opção de lanchinho na dieta.

"A pipoca é rica em fibras e substâncias com efeitos antioxidantes. Além de ser um alimento associado a momentos de diversão e prazer, pode desempenhar um papel importante no funcionamento do organismo. Seu baixo teor calórico a coloca na lista dos snacks preferidos de quem faz dieta. Isso porque a grande quantidade de fibras promove saciedade, o que ajuda a controlar o apetite e a manter esta sensação por mais tempo, o que evita aquele impulso de beliscar alimentos mais calóricos, como batatas fritas ou salgadinhos industrializados. Além disso, possui um teor baixo em gorduras saturadas e seus óleos naturais são saudáveis e essenciais ao organismo", afirma o nutrólogo Dr. Durval Ribas Filho.

O médico, no entanto, alerta que a maneira como a pipoca é preparada e quantidade consumida fazem diferença. "A recomendação é de 20g (ou uma xícara e meia) por dia. Mas é essencial observar a maneira de preparar a pipoca. Pois quanto mais óleo ou manteiga, maior a quantidade das calorias que se agregará à pipoca. A regra é: quanto menos gordura melhor", recomenda, alertando para a excesso de sal. "Se quiser dar um sabor especial, a dica é usar temperos naturais como páprica, orégano, salsinha e açafrão. Uma xícara de pipoca simples, sem manteiga ou açúcar adicionado, tem cerca de 30 calorias. Com óleo (40 calorias); no micro-ondas (44 calorias) e com açúcar (47 calorias)", explica o profissional.




DIVULGAÇÃO
Ligia Pessotto gosta de comer pipoca na hora do lanche

"Outra dica é não 'devorar' sozinho aquele famoso 'balde' de pipoca. Tente compartilhar com que estiver por perto: um amigo, família, namorado. Assim se consumirá uma porção menor e, consequentemente, com menos calorias", destaca Dr. Durval.

A apresentadora e atriz Ligia Pessotto consome a pipoca no lanchinho. "É uma ótima opção para o lanche da tarde, porque traz uma sensação de saciedade. E nem parece que estamos fazendo dieta de tão gostosa. Eu costumo fazer pipoca na panela sem nenhum tipo de óleo mesmo. E depois de pronta, coloco temperinhos para dar um gosto ainda melhor", declara.

MAIS BENEFÍCIOS

Além de ser boa para o emagrecimento, a pipoca tem outros benefícios. "O grão do milho é uma ótima fonte de fibras, que auxilia na saúde digestiva e no bom funcionamento do intestino. Com a liberação de sucos gástricos no estômago há um estímulo para os movimentos intestinais, o que contribui no processo digestivo e evita a prisão de ventre. Mas é preciso beber líquidos, quando se consome pipoca, para ajudar num trânsito intestinal adequado", diz o profissional.

"As fibras também são benéficas no controle do açúcar no sangue; na redução do risco de doenças cardíacas e no equilíbrio nas taxas do colesterol, o LDL (colesterol ruim) e do HDL (bom). A casca do milho é rica em polifenóis, que podem agir como antioxidantes responsáveis pelo combate dos radicais livres no corpo, reduzindo o estresse oxidativo e auxiliando para retardar o envelhecimento precoce. Também protegem as células e reduzem o risco de problemas característicos do envelhecimento, como doenças crônicas. E interferem no colágeno e na proteção do tecido cutâneo para que não haja perda na sustentação e sim melhore a integridade da pele", continua.

"As vitaminas do complexo B, presente nos grãos, formam um grupo de micronutrientes que participa de diversas funções no organismo, inclusive do bom funcionamento do sistema nervoso, além reforçar o sistema imunológico e o digestivo e manter a pele, as unhas e os cabelos saudáveis. A tiamina (B1) e niacina (B3) são essenciais para a conversão dos alimentos em energia. A B6 é fonte de serotonina, substância que ajuda na sensação de bem-estar e relaxamento e a melhorar nosso humor, pois age diretamente no cérebro. O manganês faz bem ao cérebro e o magnésio à regularidade dos batimentos cardíacos e fortalecimento dos ossos", completa.

CONTRAINDICAÇÃO

O consumo de pipoca é contraindicado para algumas pessoas, de acordo com Dr. Durval Ribas Filho. "Para certas pessoas a pipoca pode causar algum desconforto como os portadores de distúrbios no processo digestivo, como a Síndrome do Intestino Irritável (SII) ou Diverticulite. Para elas, o alto teor de fibras ou mesmo as partes mais duras do grão, podem ser mais difíceis de digerir. Há restrição para casos raros de alergia ao milho. Mas a pipoca pode ser consumida, inclusive, por intolerantes ao glúten e lactose", finaliza.

'ESTOU ME PERMITINDO BRINCAR'

ISABELLE ROSA
isabelle.rosa@odia.com.br

Cris Vianna diz que tem descoberto 'novas camadas de atuação' ao interpretar Lulu Mancini, em 'Família é Tudo', que marca sua 'estreia' em um papel cômico

Kelly Cristina dos Santos, mais conhecida como Cris Vianna, completa duas décadas de carreira nas telinhas, neste ano, com um 'gostinho' de primeira vez. Intérprete de Lulu Mancini, em 'Família é Tudo', da TV Globo, a atriz se mostra radiante com sua 'estreia' em um papel cômico e celebra a repercussão positiva da personagem, que é ex-miss e mãe coruja de Andrômeda (Ramille), nas redes sociais. A artista de 47 anos ainda confessa que tem feito descobertas no novo desafio profissional.

"Estou amando. A Lulu é uma personagem muito divertida, vaidosa, segura, solar. Está sendo uma experiência maravilhosa, estou vivendo isso pela primeira vez. Ela traz esse lugar da comédia para fora, um lado meu que nem todo mundo conhecia. Estou me permitindo brincar bastante, descobrir novas camadas de atuação", diz a paulista, que se identifica com uma característica de Lulu. "Somos bem diferentes em alguns aspectos, mas me identifico bastante com a alegria da personagem. Lulu é solar, corre atrás do que quer, vê o lado positivo em tudo, usa tudo que gosta. Em algumas coisas combinamos".

Os comentários acerca da quarta mulher de Pedro (Paulo Tiefenthaler), no folhetim de Daniel Ortiz, também são motivo de comemoração para Cris. Os internautas elogiam o tom da comédia que a atriz deu à personagem, que faz tudo o que a filha quer, além do talento dela em cena. "Fico muito feliz de ver o resultado e perceber que as pessoas estão gostando da história, dos personagens. Recebo muitos comentários bacanas. Acredito que esse resultado positivo é um conjunto de fatores, porque é uma novela gostosa de ver, ela te convida a ter vontade de assistir e estar por dentro da trama", opina.

Para interpretar a ex-miss, a atriz recordou os dez anos que atuou como modelo, no início da carreira, durante a preparação. "Busco entrar na essência do personagem para entender suas motivações. No caso da Lulu foi um pouco disso, além de fazer pesquisas para conhecer um pouco mais do universo das misses que é o dela. Tentei fazer alguma conexão com o que já vivi que pode contribuir com essa construção. Meu trabalho como modelo, por exemplo, me trouxe alguma referência, como desfilar, algo comum entre as misses. A equipe me ajudou bastante também, todos são incríveis", declara.

Cris iniciou a carreira na TV em 2004, em uma participação na primeira versão do programa 'Linha Direta' (2004), da TV Globo. O primeiro papel em novelas surgiu no ano seguinte, em 'América'. De lá para cá, a artista colecionou trabalhos na emissora, além de conquistar uma legião de fãs com seu talento.

"Vivi tantas coisas nesses 20 anos! Parece que foi ontem que investi nesse sonho, estudando e caminhando dia a dia. Sou grata a cada trecho da minha trajetória. Tenho amor e respeito pelo meu ofício, isso define a minha história como atriz. Ainda tenho muitos sonhos e vou continuar caminhando para conquistá-los", garante a artista.



Cris Vianna completa duas décadas de carreira na TV neste ano

LUCAS MENNEZES / DIVULGAÇÃO

Papéis marcantes

> Questionada sobre os papéis mais marcantes em novelas, séries e filmes, Cris cita alguns: “Foram muitos personagens bacanas que tive a oportunidade de viver nesses anos. É difícil destacar um marco porque acredito que todos têm uma importância na minha trajetória. Mas posso citar a Maíra da série ‘Anjo Renegado’, do Globoplay. Ela é uma mulher forte, determinada e inflexível, chegando à presidência da Assembleia Legislativa do Rio de Janeiro. Tem a Marisa de ‘Última parada 174’, no cinema. Dagmar da novela das nove, ‘Fina Estampa’. Marta da série ‘A História Delas’, que estreamos esse ano e que também adoro. Tenho lindos presentes da minha carreira, sou muito grata por cada uma delas”.

A paulista também revela se tem algum personagem específico que gostaria de dar vida no audiovisual. “Tenho vontade de fazer uma personagem de uma mulher inconsequente. Adoraria também fazer uma gêmea, deve ser sensacional! Uma vilã também, nunca fiz. Tem muitos papéis ainda para explorar! Muitas mulheres ainda posso representar, adoro essa certeza”, diverte-se.



Tem muitos papéis ainda para explorar! Muitas mulheres ainda posso representar, adoro essa certeza”

CRIS VIANNA, atriz

MANOELLA MELLO / TV GLOBO

Cris Vianna interpreta Lulu na novela ‘Família é Tudo’



Beleza vem de família

> Dona de uma beleza estonteante e belas curvas, a atriz fala sobre sua rotina de cuidados. “Eu brinco que, quando me perguntam meu segredo de beleza, mostro uma foto da minha mãe. É genético! Meu pai também era lindo. Sou uma mulher preta, uma fonte de beleza ancestral. Além disso, academia, musculação e dança estão sempre no meu radar para manter um corpo saudável. Vou à clínica para fazer minha pesquisa e experimentar, conhecer os lançamentos de aparelhos de colágeno, essas inovações. Adoro me cuidar”, frisa.

A artista conta ainda que estar com os amigos e a família é um dos programas preferidos nas suas folgas. Para ela, é uma maneira de se desconectar e recarregar as energias. “Encontrar amigos, jogar conversa fora, estar com a minha família, ler, escutar músicas... Se o dia está livre, tento manter a cabeça tranquila, gosto de ter a certeza de dias sem compromissos. Isso tudo me traz leveza”, comenta Cris, que diz ser uma ‘mulher normal’, ‘feliz’, e que ‘vive a vida com foco e tranquilidade’ por trás dos holofotes.

Apaixonada pelo Carnaval

Grande admiradora e apaixonada pelo Carnaval carioca, a atriz já foi Rainha de Bateria da Imperatriz de 2014 a 2017 e já desfilou à frente da bateria de outra escola de samba, a Grande Rio, em 2011. “O samba nunca vai sair da minha vida, é amor eterno. Vivi momentos muitos lindos e inesquecíveis na Avenida como Rainha de Bateria e sou muito grata por cada um deles. Quando escolhi me retirar, fiz com o coração tranquilo. Está tudo em paz por aqui, só gratidão”.



Vivi momentos lindos e inesquecíveis na Avenida como Rainha de Bateria e sou muito grata por cada um deles”

CRIS VIANNA, atriz

NOVELAS

NO RANCHO FUNDO

18h25 | GLOBO | 12 anos

TV GLOBO / FÁBIO ROCHA



SEGUNDA
Dona Manuela não resiste e todos tentam amparar Artur e Ariosto. Toda a cidade se prepara para o enterro de Dona Manuela.

TERÇA
Zefa Leonel (foto) consola Ariosto. Blandina observa Artur dormindo. Seu Tico Leonel procura Deodora no cabaré. Deodora seduz Seu Tico Leonel.

QUARTA
Seu Tico Leonel se afasta de Deodora. Ariosto pede a Zefa Leonel que ela passe a noite em sua casa. Quinota se surpreende ao descobrir que Zefa Leonel não dormiu em casa.

QUINTA
Quinota estranha a reação de Tia Salete ao descobrir sobre Zefa Leonel. Aldenor se revolta por não acreditarem que ele matou o prefeito. Ariosto demite Torquato Tasso. Quinota questiona Zefa Leonel sobre o interesse de Ariosto.

SEXTA
Zefa Leonel e Seu Tico Leonel trocam olhares. Quinota questiona Ariosto sobre o interesse em sua mãe. Zefa Leonel flagra Deodora e Seu Tico Leonel.

SÁBADO
Zefa Leonel vai embora do cabaré arrasada e Seu Tico Leonel vai atrás dela. Quinota discute com Ariosto. Zefa Leonel decide voltar com a família para o rancho fundo.

FAMÍLIA É TUDO

19h40 | GLOBO | 12 anos

TV GLOBO/ MANOELLA MELLO



SEGUNDA
Electra não acredita nas acusações de Luca. Paulina destrata Wilson na clínica. Electra questiona Murilo sobre seus sentimentos por ela.

TERÇA
Murilo pergunta a Electra se tem chances de ficar com ela. Jéssica afirma a Mila que deseja destruir Electra. Tom (foto) reclama de dores na cabeça. Luca vê Murilo e Electra se divertindo e confronta o irmão. Netuno se declara para Vênus.

QUARTA
Vênus fica constrangida com a declaração de Netuno. Wilson é chamado pela médica de Paulina. Tom se assusta com o diagnóstico que recebe da médica.

QUINTA
A médica alerta Tom sobre o skate. Júpiter fantasia com Lupita. Tom não conta para a família sobre sua doença.

SEXTA
Tom tenta disfarçar a tensão diante de Vênus. Marta chega à Fundação para levar Netuno. A médica avisa a Tom que seu caso é mais grave do que ele esperava.

SÁBADO
Tom deixa o hospital revoltado. Guto questiona Júpiter sobre seus sentimentos por Lupita. Marta ajuda Otto a manter Netuno em um cativeiro. Tom fica angustiado com a pressão para competir.

A INFÂNCIA DE ROMEU E JULIETA

20h30 | SBT | Livre

REPRODUÇÃO DO SBT



SEGUNDA
Glaucia (foto) implora para que Nando tenha paciência e diz que está tentando ser uma boa mãe. Mauro convida Laura para voltar a morar com ele.

TERÇA
Clara desmaia ao saber que Vitor foi preso. Laura aceita voltar a morar com Mauro e eles se beijam depois de anos. Fausto comenta com Ellen, Ian e Nath que viu um tio do Leandro colocando fogo na casa de Hélio no passado.

QUARTA
A Escritora do Mundo da Imaginação diz às crianças que elas podem achar algumas respostas do passado no diário de Fausto. Vera diz para Amanda e Mariana que gostaria de desenvolver uma linha de cosméticos e que Clara fizesse as essências. Hélio se depara com Vitor em sua residência.

QUINTA
Hélio aceita Vitor em sua casa se o filho topar trabalhar na lanchonete do CEC. Glaucia descobre que Fred vai assinar contrato com a gravadora e monta um plano.

SEXTA
Fred diz para Glaucia que não vai voltar com ela. Dimitri, Ellen, Ian, Nath e Romeu entram na casa de Fausto, mas são pegos pelo zelador.

RENASCER

21h20 | GLOBO | 14 anos

TV GLOBO/ FABIO ROCHA



SEGUNDA
Sandra e João Pedro (foto) se beijam. José Inocêncio dá permissão para Damião descobrir se Eliana e Egídio são responsáveis pelo roubo do cacau. Egídio se rende ao ser detido por Damião.

TERÇA
Egídio manda Marçal se livrar do cacau roubado, antes que a polícia chegue à fazenda. Ritinha e Bento ficam juntos.

QUARTA
José Inocêncio acusa João Pedro de estar ao lado da família de Sandra. Sandra questiona João Pedro sobre Mariana. Ritinha tira a aliança do dedo na frente de Damião.

QUINTA
João Pedro avisa ao pai que retomará o contrato de venda do cacau junto aos produtores, e informa que está disposto a vender sua casa para Mariana. Bento fica apreensivo ao saber da separação de Ritinha.

SEXTA
Deocleciano aconselha João Pedro a desfazer o trato com Bento. José Inocêncio alerta Teca sobre Mariana.

SÁBADO
Lu se sente culpada por ter causado uma briga entre João Pedro e o pai. Egídio conta a Inocêncio que João Pedro empregou o povo da lona em sua fazenda.

PASSATEMPOS

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

- O aluno que dá trote no calouro
- A doença como a bronquite
- O da dengue é o mosquito Aedes aegypti
- Marcha de carros
- Licença para que a pessoa transite livremente
- Vagas marinhas
- Tipo de lixo eletrônico
- Entusiasmo; disposição (fr.)
- Misturado proporcionalmente
- Mauro (?), dramaturgo brasileiro
- Uma das características da água potável
- Estrelas; celebridades
- Desprovidas de conteúdo → O C A S
- Trabalhada (a terra)
- Marca do governo ditatorial
- Daniel Defoe, escritor inglês
- Rua (abrev.)
- Senador (abrev.)
- Laços apertados
- Atreve-se
- A 4ª nota musical
- Imposto que recai sobre o capital
- (?) Turner, empresário dos EUA
- Ídolo da Argentina

BANCO 4/elan — spam. 7/tirania. 8/maradona. 12/salvo-conduto.

www.coquetel.com.br

@Revistas COQUETEL

SUDOKU

		3	5		1	4		
			8		9			
1		6				5		3
3	7			9			8	2
			3		8			
9	4			2			5	1
2		9				1		7
			9		3			
		7	2		5	8		

INSTRUÇÕES: *Preencha os espaços vazios com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça uma vez na linha. O mesmo em cada coluna. Nenhum número pode se repetir e todos de 1 a 9 se encontram presentes.*

SOLUÇÕES

	R				S		
V	E	T	E	R	A	N	O
	S	R		E	L	A	N
S	P	A	M		V		D
	I	N	O	D	O	R	A
	R	S		O	C	A	S
F	A	M	O	S	O	S	
	T	I	R	A	N	I	A
N	O	S		D	D		R
	R	S		O	U	S	A
	I	O	F		T	E	D
M	A	R	A	D	O	N	A

7	9	3	5	6	1	4	2	8
5	2	4	8	3	9	7	1	6
1	8	6	7	4	2	5	9	3
3	7	5	1	9	4	6	8	2
6	1	2	3	5	8	9	7	4
9	4	8	6	2	7	3	5	1
2	5	9	4	8	6	1	3	7
8	6	1	9	7	3	2	4	5
4	3	7	2	1	5	8	6	9



SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel /editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA!
www.coquetel.com.br







HORÓSCOPO

ÁRIES
21/3 A 20/4
■ Você fechará o dia com uma energia caseira. Aproveite para definir novos objetivos, mas evite atritos com a família. No amor, cuidado com o ciúme. Cor: VERDE.

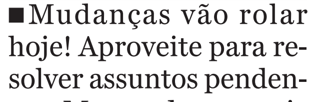
TOURO
21/4 A 20/5
■ Aproveite o dia para descansar. Pode surgir tensões logo cedo, mas uma conversa ajudará a resolver as coisas! No amor, segure as cobranças. Cor: AMARELO.

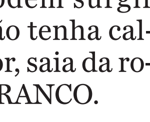
GÊMEOS
21/5 A 20/6
■ Hoje você começa com pique para ir atrás dos seus sonhos e até sair da sua zona de conforto! As amizades ganham destaque. Há sinal de carinho no amor. Cor: ROSA.

CÂNCER
21/6 A 22/7
■ Hoje, algumas críticas podem mexer com o seu bom humor. Mas os amigos estarão por perto para te ajudar. O amor passa por altos e baixos. Cor: BEGE.

LEÃO
23/7 A 22/8
■ A vontade de se aventurar por aí vai movimentar o seu dia! Talvez tenha que lidar com um ou outro imprevisto. No amor, saiba lidar com críticas. Cor: PRETO.

VIRGEM
23/8 A 22/9
■ Mudanças vão rolar hoje! Aproveite para resolver assuntos pendentes. Mas podem surgir brigas, então tenha calma. No amor, saia da rotina. Cor: BRANCO.





LIBRA
23/9 A 22/10
■ Faça o possível para deixar a solidão bem longe! Depois, as mudanças entram em cena, e sua paciência pode encurtar. Seu charme brilhará no amor. Cor: AMARELO.

ESCORPIÃO
23/10 A 21/11
■ Boas energias para você se acertar com pessoas mais próximas! Mas a saúde pode precisar de mais de atenção. No amor, deixe o ciúme de lado. Cor: AZUL-CLARO.

SAGITÁRIO
22/11 A 21/12
■ Você conta com as energias positivas, e vai dar um show de simpatia por onde passar! Talvez tenha que cuidar melhor da saúde. O amor tá tranquilo. Cor: AZUL.

CAPRICÓRNIO
22/12 A 20/1
■ A família pode ocupar a sua atenção, e talvez tenha que driblar tensões com o pessoal de casa. O ciúme pode incomodar no amor. Cor: AZUL-ESVERDEADO.

AQUÁRIO
21/1 A 19/2
■ O dia será perfeito para colocar o papo em dia com gente querida que anda meio distante. Não perca a paciência com familiares. O amor pode ficar parado. Cor: ROXO.

PEIXES
20/2 A 20/3
■ Mercúrio e Urano enviam as melhores energias para você passear! Só tenha cuidado com fofocas e com os gastos. No amor, segure o ciúme. Cor: VIOLETA.

Flávio Ricco

INTERESSE. A última Conecta Fiction & Entertainment, em Toledo, na Espanha, expôs um interesse enorme de diferentes plataformas pelo gênero 'True Crime' (Crime Real), como o observado em programas como 'Linha Direta'. Algo que deve mexer com as produtoras, incluindo brasileiras.

Com José Carlos Nery: flavioricco@terra.com.br

RENATO PIZZUTTO/BAND



MASTERCHEF BRASIL TEM VIDA ALÉM DA TV ABERTA

Alguns programas da nossa televisão aberta, devido a uma série de motivos, horário tardio entre eles, acabam conquistando resultados interessantes em outras plataformas. Impossibilitados de acompanhar seu conteúdo favorito na faixa disponibilizada pelas emissoras, em função do compromisso com trabalho ou estudo, por exemplo, muitos recorrem a outras alternativas, como streaming, TV paga ou YouTube. É o caso do longevo 'MasterChef', considerado um dos realities gastronômicos mais populares do mundo. O horário da edição transmitida pela Band sempre foi alvo de críticas. Já se sabe que uma grande parcela de público começa a assistir ao programa, mas nem sempre vai até o encerramento. No dia seguinte, corre para outras mídias, provando que o programa tem vida além da TV aberta. Daí se entenda o sucesso dessa atração, liderada por Ana Paula Padrão, na plataforma Max, da Warner Bros. Discovery. Chega a aparecer nos primeiros lugares em seu Top 10 de Séries. O 'The Noite', comandado por Danilo Gentili, também alcança grandes audiências no YouTube, a exemplo do 'Provoca', apresentado por Marcelo Tas, na Cultura. Para aqueles que têm acesso a esses meios, não existe mais televisão com hora marcada!

CORUJÃO DO BIAL

■ O 'Conversa com Bial' também já recebeu muitas críticas devido ao horário de exibição, estilo 'Corujão'. Só que a Globo conseguiu diminuir a carga, apoiada no Globoplay e, mais recentemente, no GNT.

PRÓXIMA DAS SETE

■ 'Volta Por Cima', próxima novela das sete da Globo, escrita por Claudia Souto, está com sua estreia marcada para o dia 30 de setembro. Será a primeira protagonista de Jéssica Ellen. "Estou nervosa, porque é uma responsabilidade grande, mas, ao mesmo tempo, muito feliz com a equipe que a gente tem. Acho que, juntos, vamos conseguir contar uma história bonita e feliz", declara a atriz. A trama terá um bairro fictício do subúrbio do Rio de Janeiro como um dos cenários principais.

PRÓXIMA DAS SEIS

■ Já, 'Garota do Momento', escrita por Alessandra Poggi e nova novela das 18h, trabalha com a data de 4 de novembro para exibição do primeiro capítulo. Maísa Silva, ex-SBT, já foi anunciada no time de protagonistas.

DIVULGAÇÃO



Elaine Dias, atriz, jornalista e pedagoga, integra o elenco da terceira temporada da série 'Arcanjo Renegado', ainda inédita no Globoplay, onde vai viver uma repórter. Ela afirma que o fato de ser graduada em jornalismo, além de atriz, contribuiu para ter acesso aos testes de elenco. "Tenho muita admiração pelo trabalho do Afroreggae Audiovisual, que trabalha em uma perspectiva inclusiva e gera tantas oportunidades", declara Elaine.

NOVOS TEMPOS

■ Em relação ao fato de o streaming atrair cada vez mais estrelas da TV aberta, em especial, protagonistas de novelas, como Paolla Oliveira e Juliana Paes, de fato, as emissoras convencionais passaram a trabalhar dentro de uma nova realidade. Salários milionários e contratos longos (para a maioria) ficaram no passado.

MUDANÇAS

■ O fato é que a pandemia de Covid-19 provocou mudanças drásticas em diversos setores. E com a televisão não seria diferente. Pra quem sabe, uma novela ou série movimenta centenas de profissionais.

Bate-Rebate

■ A programação de domingo do SBT, agora sem o 'Eliana', inicia hoje uma nova fase...

■ ... Celso Portiolli, Rebeca Abravanel e Patrícia Abravanel comandam a programação...

■ ... Silvio Santos, como se constata, entregou o futuro da emissora para suas filhas...

■ ... Acredita no potencial delas.

■ O episódio de Iquique (Chile) do programa 'Habitat em Ameaça', disponível no Canal Off e Globoplay, foi selecionado para o Green Montenegro International Film Festival (GMIFF)...

■ ... Trata-se do único festival de cinema da região sobre proteção ambiental...

■ ... O episódio explora como o consumo excessivo transformou o deserto do Atacama em um lixão clandestino de roupas e como atletas e ativistas estão combatendo isso...

■ ... O GMIFF acontece entre os dias 1º e 4 de agosto.

C'est fini 

A ex-BBB Alane Dias continua no firme propósito de fazer novela na Globo. Como ponto a favor, já estudava teatro antes do confinamento, e se jogará em um novo curso de interpretação a partir de agosto.

Então é isso. Mas domingo que vem tem mais. Tchau!

INÊS 249

Especial MARICÁ

ADMINISTRAÇÃO: Cidade ganha prêmio que avaliou gestão de excelência nos 92 municípios do estado **P2.**

DIVULGAÇÃO

Grupamento Maria da Penha de Maricá completa dois anos

Guarda Municipal atendeu mais de 1.000 mulheres vítimas de violência doméstica nesse período P. 4 e 5

VIA BINÁRIA P.3

Secretaria de Trânsito e Engenharia Viária retira rotatória da Mumbuca e amplia a semaforização de cruzamentos e malha cicloviária

DIVULGAÇÃO



CULTURA P.6

Museu Casa Darcy Ribeiro é inaugurado na praia de Cordeirinho e fica aberto de quarta-feira a domingo

MELHOR GESTÃO DO ESTADO

Maricá em 1º lugar no Prêmio Band Cidades Excelentes 2024

Cidade venceu duas categorias dentre os 92 municípios do Rio

DIVULGAÇÃO/LUCAS BENEVIDES



Secretário Eduardo Bahia (à esquerda) representou a Prefeitura: certificados de excelência

O município de Maricá foi campeão em duas categorias da edição especial de 2024 do Prêmio Band Cidades Excelentes: Desenvolvimento Socioeconômico e Ordem Pública, e Saúde e Bem-Estar. A cidade também já tinha sido finalista estadual na 3ª edição do Prêmio Band em 2023. A iniciativa do Grupo Bandeirantes e do Instituto Aquila tem o objetivo de reconhecer as melhores gestões públicas municipais avaliando cidades em todos os estados do Brasil. A premiação ocorreu no último dia 18 de junho na sede da Fecomércio, no Rio de Janeiro, e envolveu todos os 92 municípios do estado do Rio de Janeiro.

A edição especial teve seis pilares: Governança, Eficiência fiscal e Transparência; Educação; Saúde e Bem-Estar; Infraestrutura e Mobilidade Urbana; Sustentabilidade e Desenvolvimento Socioeconômico e Ordem Pública.

Em cada fundamento, os municípios foram separados em três categorias de avaliação, respeitando o tamanho da população local: menos de 30 mil habitantes; entre 30 e 100 mil habitantes; e mais de 100 mil habitantes.

Representando o prefeito Fabiano Horta, o secretário de Comunicação, Eduardo Bahia, destacou a importância da indicação de Maricá em mais uma edição do prêmio. "É um orgulho fazer parte de um governo que garante os direitos essenciais à vida humana, os direitos humanos. É uma satisfação ver as transformações que alçaram Maricá, uma cidade para ser feliz, serem reconhecidas pela imprensa e pela sociedade. Um reconhecimento muito simbólico para nossa cidade", comentou.

FESTA CAIPIRA EM VERSÃO COMPACTA

Arraiá de Maricá terá artistas locais

Edição deste ano será em dois fins de semana, em Itaipuaçu e na Barra

A edição 2024 do tradicional Arraiá de Maricá será uma versão mais compacta em relação aos anos anteriores. A Secretaria de Turismo informou que dois bairros vão receber os palcos com shows de artistas locais, cada um deles em um fim de semana diferente.

Entre os dias 28 e 30 de junho, a festa acontece na Rua Hélio Guapyassu de Sá (antiga 66), próximo à Estrada dos Cajueiros, em Itaipuaçu. Depois, o Arraiá chega ao espaço de eventos da Barra de Maricá, na Rua João Saldanha, entre os dias 5 e 7 de julho. Em todos os dias, haverá apresentações de quadrilhas profissionais da cidade.

O elenco dos shows terá nomes conhecidos no município. A abertura será com Moniquinha Ângelo no dia 28, seguida da banda Forró Brasil e do cantor Rickson Maioli no sábado (29). No domingo (30), será a vez das cantoras Maiara Coboski e Raquel Fonseca, junto com a dupla Betinho Bahia & Ismayer Alves.

No fim de semana seguinte, o palco da Barra recebe mais um show de Rickson Maioli e também do Trio Espírito Santo no dia 5. No sábado (6), quem sobe ao palco é a cantora Natália Pani, enquanto no domingo (7) a programação se encerra com outra apresentação de Raquel Fonseca e também da banda Tátudoemcasa.

DIVULGAÇÃO/CLARILDO MENEZES



Celebração na Barra de Maricá e em Itaipuaçu recebe artistas locais

SEXTA EDIÇÃO

Conferência Nacional das Cidades em Maricá

Evento abordou sustentabilidade, segurança pública e emergências climáticas

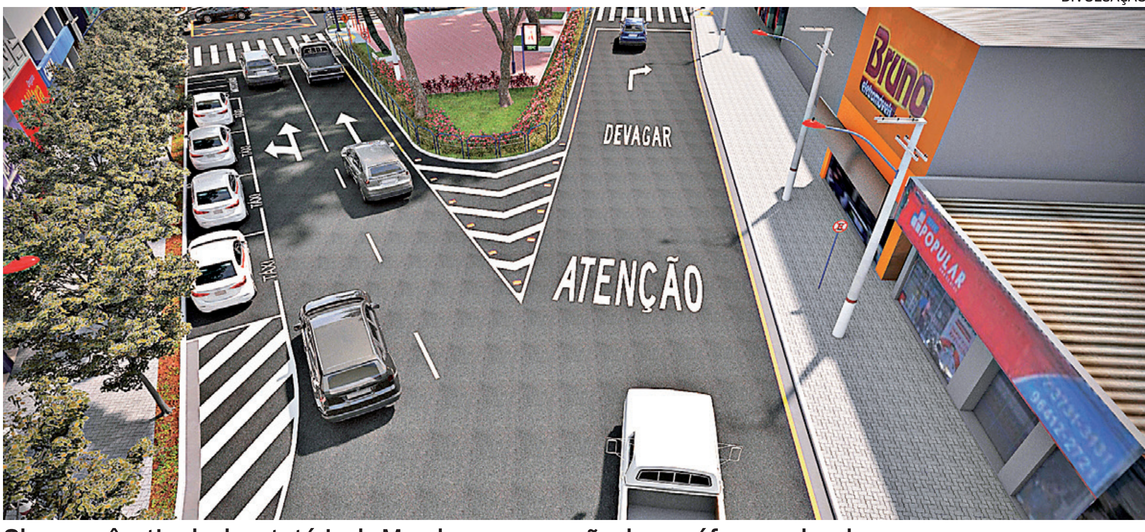
A Secretaria de Urbanismo de Maricá realizou o segundo pré-seminário com os moradores para elaboração de propostas da 6ª Conferência Nacional das Cidades, prevista para 2025. Nos encontros, que aconteceram nos dias 11, 13, 20 e 21 de junho, os convidados debateram temas de segurança pública, sustentabilidade, emergências climáticas, transformação digital e gestão territorial. Os painéis abordaram mobilidade urbana, saneamento e habitação.

Dentre as sugestões dos moradores, avaliadas pela banca, estão: calçadas sem obstáculos, como árvores, que atrapalham a mobilidade de idosos e pessoas com deficiência; preservação da Área de Proteção Ambiental (APA) da restinga; ocupação ordenada de terrenos e construções de equipamentos públicos, como escolas e espaços para PCDs, no distrito de Ponta Negra.

A 6ª Conferência Nacional das Cidades teve como tema "Construindo a Política Nacional de Desenvolvimento Urbano: Caminhos para cidades inclusivas, democráticas, sustentáveis e com justiça social". A etapa estadual está prevista para ocorrer entre 1º a 15 de novembro.

TRÁFEGO MELHOR

Maricá realiza importantes alterações no trânsito



DIVULGAÇÃO

Obra prevê retirada da rotatória da Mumbuca e operação de semáforos no local

Sistema viário binário do Centro teve início com retirada da rotatória da Mumbuca

A Secretaria de Trânsito e Engenharia Viária de Maricá está realizando importantes alterações no trânsito do Centro para a implantação do sistema viário binário. O projeto é resultado de um estudo desenvolvido com base nas condições atuais do tráfego e de sucessivas prospecções de cenários e soluções para a região realizados nos últimos três anos.

Nesta primeira fase, as intervenções incluem a retirada da rotatória da Mumbuca, a semaforização de cruzamentos; a ampliação da malha cicloviária; a adequação das faixas de pedestres, baias de ônibus, vagas exclusivas e calçadas de acordo com os padrões normativos e a criação e regulamentação das vagas de uso comum e de carga e descarga, além da alteração de sentido em algumas vias de grande circulação.

"Nossa meta é aumentar a segurança viária, criar mais vagas de estacionamento e implementar ciclofaixas. Conto com a compreensão e a paciência de todos durante esse período crítico, pois o legado positivo superará os transtornos temporários. Juntos, construiremos um trânsito mais seguro e acessível!", pontuou o prefeito Fabiano Horta.

"O sistema binário garante melhor fluidez no trânsito e reduz a quantidade de acidentes. A utilização dessa forma de operação compõe o que se chama de Plano de Ações Imediatas de Trânsito e Transportes, que são planos de intervenções rápidas e de baixo custo que visam melhorar as condições de circulação de condutores, ciclistas e pedestres e a interação entre eles", explica o secretário de Trânsito e Engenharia Viária, Dilson Souza.

De acordo com a engenheira da Sectran, Fernanda Guarnieri Santos, as mudanças vão proporcionar melhorias no ambiente urbano. "Buscamos atender a todos, mas é fundamental que tenhamos consciência e respeitemos as sinalizações existentes, bem como o espaço do outro. O pedestre deve atravessar na faixa destinada a ele, os veículos pararem apenas nas áreas permitidas e o ciclista transitar dentro da ciclofaixa, por exemplo", completa Guarnieri.

OPORTUNIDADES DE EMPREGO

Maricá lança Casa do Trabalhador Itinerante

Em 13 de junho, a Prefeitura de Maricá lançou a Casa do Trabalhador Itinerante, um programa criado para conectar os moradores que buscam uma recolocação profissional com as oportunidades disponíveis no município.

A iniciativa da Secretaria de Trabalho está circulando pela cidade com oferta de vagas, cadastramento de currículos e orientações jurídicas, vocacionais e de como se comportar em uma entrevista de emprego, além de palestras e workshops.

O programa já desembarcou na Praça dos Gaviões, em Itaipuaçu, e na Praça Orlando de Barros Pimentel, no Centro. Além desses locais, a iniciativa passará pela praça central de Ponta Negra, nos dias 13 e 14 de julho; e pela orla de Bambuí, nos dias 27 e 28. O horário de atendimento é das 9h às 13h. A Casa do Trabalhador Itinerante contará com assistentes sociais, psicólogos e uma equipe jurídica com advogados.

DIVULGAÇÃO/BERNARDO GOMES



Programa da Secretaria do Trabalho tem como objetivo ser canal de comunicação entre empresas e trabalhadores

As vagas serão ofertadas pelo Sistema Nacional de Emprego (Sine) de Maricá e as equipes da Secretaria de Trabalho irão cadastrar os currículos e encaminhar para as empresas parceiras do projeto. É necessário levar originais e cópias dos documentos pessoais (identidade, CPF, comprovante de residência, título de eleitor e carteira de trabalho).

"O objetivo do programa é ser um canal de acesso entre empresas e trabalhadores. Vamos trabalhar com encaminhamentos de emprego, orientação vocacional, comportamental, ensinar a fazer currículos, orientações jurídicas (somente área trabalhista) e palestras", afirma o secretário de Trabalho, Alessandro Coutinho.

MULHERES PROTEGIDAS

Grupamento Maria da Penha Municipal de Maricá completa dois anos

Mais de 1.000 ocorrências foram atendidas no período; cerca de 26% dos casos são encaminhados à delegacia

Em maio, o Grupamento Maria da Penha (GMAP) da Guarda Municipal de Maricá completou dois anos. Desde o início da atuação, mais de mil ocorrências foram atendidas pelos agentes, com cerca de 26% do atendimentos encaminhados à delegacia. Atuação fundamental para salvar vidas de mulheres vítimas de violência, que são sempre assistidas por uma dupla de agentes formada por um homem e uma mulher.

O grupamento conta, atualmente, com 18 agentes e duas viaturas. Do total de atendimentos, 26% tiveram conduções dos casos levados à delegacia de Maricá. Foram 1.033 ocorrências totais, sendo 372 casos de violência doméstica, 240 atuações em apoio ao Centro Especializado de Atendimento à Mulher (CEAM), além de 79 cumprimentos de medidas protetivas, dentre outras situações.

Nestes dois anos, o tempo de pronto atendimento foi de 22 minutos a partir da denúncia e da solicitação de ajuda recebida pela instituição. A atuação do grupamento tem sido fundamental para salvar vidas de várias mulheres.

"O GMAP é vital para salvar a vida de mulheres vítimas de violência porque oferece mais do que segurança, oferece esperança e dignidade. Em cada intervenção, o grupamento não apenas salva vidas, mas transforma medo em força e desespero em esperança", acredita o comandante da Guarda Municipal, Carlos Eduardo dos Santos.

O trabalho preventivo se baseia na proteção das vítimas com aplicação da Lei Maria da Penha, que classifica como crime qualquer tipo de abuso de origem física, patrimonial, sexual, moral e psicológica contra a mulher. As vítimas contam com apoio psicológico, jurídico e de assistentes sociais, para que se sintam realmente acolhidas.

Os agentes atuam 24 horas. "Após recebermos as denúncias em nossos canais de atendimento, as equipes de rua vão até o local, identificam a possível vítima, fazem a escuta ativa e prestam todo o apoio necessário. Caso haja necessidade de atendimento médico, os agentes acompanham a vítima até a unidade de saúde mais próxima e, em seguida, à delegacia para a confecção do registro de ocorrência", explicou o guarda municipal Luan Rocha, coordenador do Grupamento Maria da Penha.

As vítimas podem solicitar acompanhamento da Guarda Municipal na Casa da Mulher (Rua Vereador Luiz Antônio da Cunha, 50 – Centro) ou por meio dos telefones (21) 96809-1516 (Disk Seop) e 153 (Guarda Municipal).



As equipes do Grupamento Maria da Penha da Guarda Municipal contam com

DIVULGAÇÃO/ELSSON CAMPOS



Grupamento Maria da Penha está equipado com novas viaturas: apoio que salva vidas

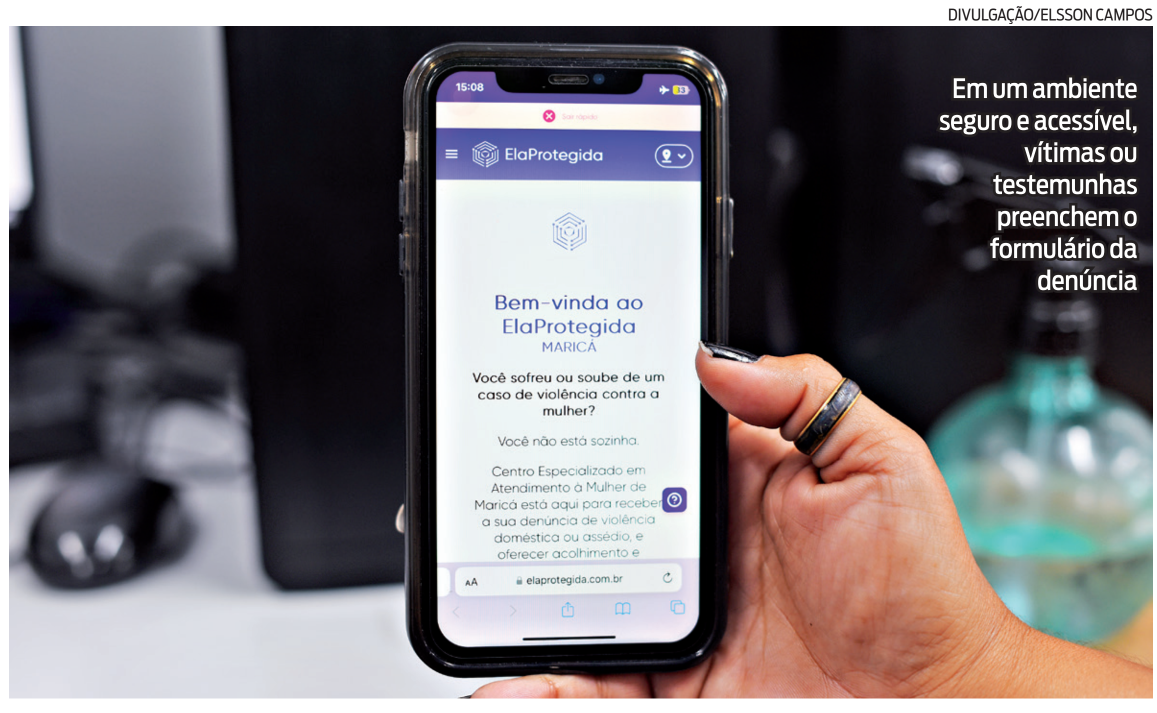
DIVULGAÇÃO/ELSSON CAMPOS

da Guarda



...18 agentes e duas viaturas. O atendimento acontece 24 horas

DIVULGAÇÃO/ELSSON CAMPOS



Em um ambiente seguro e acessível, vítimas ou testemunhas preenchem o formulário da denúncia

Ela Protegida: Aplicativo para mulheres vítimas de violência

Maricá tem aplicativo para mulheres em situação de violência. Desenvolvida pela Companhia de Desenvolvimento de Maricá (Codemar), a ferramenta inovadora "Ela protegida" foi elaborada pela Direito Ágil com o objetivo de garantir que denúncias de violência doméstica, no trabalho e no transporte público, sejam feitas de forma sigilosa e segura por vítimas e testemunhas.

Com as denúncias geradas no sistema, numa plataforma digital, a Secretaria Municipal de Políticas de Defesa aos Direitos das Mulheres, o Grupamento Maria da Penha e os demais equipamentos públicos de Maricá que atendem as vítimas conseguem compreender melhor o cenário de violência: bairro de ocorrência, tipo de violência, idade e etnia das vítimas, perfil psicossocial de vítimas e seus agressores, grau de relacionamento, entre outros dados relevantes para o aperfeiçoamento das políticas públicas municipais.

Vale frisar que nenhum registro fica salvo no aparelho utilizado para a denúncia, evitando assim que a vítima seja agredida novamente ao ser descoberta.

Para facilitar a divulgação do app, cartazes com o QRCode do "Ela Protegida" foram afixados no interior dos ônibus vermelhinhos e em locais públicos, como os banheiros femininos das rodoviárias de Itaipuaçu e do Centro.

Acolhimento na Casa da Mulher Heloneida Studart

Maricá conta com a Casa da Mulher Heloneida Studart, mantida pela Secretaria de Políticas e Defesa dos Direitos das Mulheres. O espaço conta com salas multiuso e de acolhimento, auditório, academia para terceira idade, espaço de socialização e para cursos profissionalizantes e brinquedoteca e salão de beleza.

L. foi vítima de agressão verbal e não será identificada para ter a segurança garantida. A mulher encontrou uma força para seguir após deixar o agressor. "Com o tratamento, com a dança, com as rodas de conversa, com as psicólogas, estou tendo uma grande melhora, está me fazendo muito bem. A Casa da Mulher ajuda muitas vítimas de agressão. Algumas sofrem caladas, mas veem, aqui, um refrigério. Antes eu tinha síndrome do pânico, hoje não sofro mais", contou.

DIVULGAÇÃO/CLARILDO MENEZES



Casa da Mulher oferece acolhimento a vítimas de violência física, sexual, institucional e patrimonial

ACERVO HISTÓRICO

Museu Casa Darcy Ribeiro é inaugurado

Espaço na praia de Cordeirinho retrata a vida e obra do antropólogo

O novo Museu Casa Darcy Ribeiro foi inaugurado em Maricá com a proposta de proporcionar uma experiência imersiva e interativa aos visitantes. O espaço foi montado na antiga residência do antropólogo, na praia de Cordeirinho, e fica aberto de quarta-feira a domingo, das 10h às 19h. O local conta com uma exposição permanente, que retrata, por meio de instalações artísticas e vídeos, a vida e a obra de Darcy Ribeiro, com museografia elaborada pelo arquiteto Gringo Cardia.

O Museu Casa Darcy Ribeiro conta com duas salas de cinema, espaço para gravação de podcast (de uso público mediante agendamento), sala de karaokê, sala de vídeo interativa, sala de espelhos infinitos e mais, sempre usando música (destaque para ritmos contemporâneos como rap e trap), poesia e slam.

DIVULGAÇÃO/CLARILDO MENEZES



Casa fica aberta de quarta-feira a domingo, das 10h às 19h

Estão em exposição, também, parte do acervo da vida do sociólogo, como a escrivaninha que usava, e o seu fardão da Academia Brasileira de Letras.

"Darcy foi alguém que pensava toda a dimensão da identidade do povo brasileiro. Ele tem na ideia da mestiçagem um valor importante para a construção da nossa sociedade. Ele representa essa grande síntese do Brasil e esse é um aparelho que dá a dimensão fundamental para a cultura de Maricá", afirmou o prefeito Fabiano Horta.

Darcy Ribeiro foi um antropólogo, historiador, sociólogo, escritor e político brasileiro. Na vida pública, foi ministro da Educação e ministro-chefe da Casa Civil (ambos no governo João Goulart), vice-governador do Estado do Rio de Janeiro e senador da República também pelo estado fluminense. Apaixonado por Maricá, ele fugiu do hospital onde tratava um câncer e uma pneumonia para ficar em sua casa de Cordeirinho, onde concluiu a obra "O Povo Brasileiro", em 1995.

O museu está dividido em dois espaços: a área que vai contar a história de Darcy; e, ao lado, o anexo cultural em homenagem à primeira esposa dele, Berta Gleizer, que foi grande contribuidora de seus livros. O espaço fica na Rua 119, em frente à praia de Cordeirinho.

A PRIMEIRA DO BRASIL

Prefeitura lança plataforma de streaming pública

Em 23 de maio, a Prefeitura lançou a Maricá Filmes, primeira plataforma de streaming pública do país, com 65 obras, entre séries e longas-metragens. O aplicativo traz um catálogo repleto de atrações gratuitas, que está disponível para sistemas Android e IOS e também pode ser acessado na versão online no site www.maricafilmes.com.br. A iniciativa é uma encomenda tecnológica do Instituto de Ciência, Tecnologia e Inovação de Maricá (ICTIM), em parceria com a Secretaria de Cultura. No início da cerimônia, realizada no Cine Henfil, no Centro, foi exibido o primeiro episódio da série "De lago, sol e mar – Sabores e Paisagens de Maricá", disponível na plataforma.

DIVULGAÇÃO/ANSELMO MOURÃO



Maricá Filmes foi lançada em evento realizado no Cine Henfil

O conteúdo audiovisual foi definido pelo conselho curador, que analisou 920 obras inscritas no edital do ICTIM realizado em 2023 com aporte de R$ 500 mil. Foram licenciadas 33 obras (30 filmes e três séries) do edital e outros 32 conteúdos (31 filmes e uma série) são contrapartidas cedidas pelo cineasta Silvio Tendler e por demais produções com apoio do município. O valor disponibilizado por cada projeto foi de R$ 20 mil (longa-metragem ou série), R$ 8 mil (média-metragem) e R$ 3 mil (curta-metragem).

A Maricá Filmes é uma plataforma de streaming, ou seja, é uma forma de distribuição digital que permite assistir a vídeos e áudio em tempo real do aplicativo para o dispositivo (celular, notebook ou smart TV). O objetivo da plataforma é a produção e distribuição de obras audiovisuais que vão resultar em processos socioculturais significativos para a pesquisa e a formação das novas gerações.

"O município passa a ter uma ferramenta que pode ser acessada de qualquer lugar do mundo e que será fundamental para a divulgação dos produtos audiovisuais criados em Maricá. A magnitude desse equipamento público é fundamental na consolidação da cidade como referência na área audiovisual. Esperamos que toda a população faça uso dessa ferramenta tão importante", disse Cláudio Gimenez, presidente do ICTIM.

EXPANSÃO DA TARIFA ZERO

Maricá lança vermelhinhas para crianças

Iniciativa faz parte do programa de expansão do sistema gratuito

DIVULGAÇÃO/CLARILDO MENEZES



As bikes possuem cestinha na frente e fazem parte do programa de expansão do sistema gratuito

Maricá avançou ainda mais e expandiu o programa do sistema gratuito Tarifa Zero com a entrega de cinco estações de bicicletas vermelhinhas infantis gratuitas para crianças de até 9 anos de idade ou peso igual a 50 kg. As bikes possuem cestinhas na frente, rodinhas retráteis e estão localizadas na orla do Marine, em São José do Imbassaí; na Praça Orlando de Barros Pimentel, no Centro; na Praça Tiradentes, em Araçatiba; na orla de Itaipuaçu, próximo à Rua Professor Cardoso de Menezes, e na Praça Nossa Senhora das Graças, em Ponta Negra.

Prefeito de Maricá, Fabiano Horta, destacou o papel das vermelhinhas na construção da mobilidade urbana e sustentável, priorizando a saúde e permitindo o encontro das pessoas. "São centenas de vermelhinhas distribuídas pela cidade para que as pessoas possam usar as bicicletas como meio de transporte, de lazer e do cotidiano. Nossas vermelhinhas também atingem as crianças para que a gente possa ter as famílias circulando num mundo que precisa pensar sua sustentabilidade. É preciso diminuir a emissão de carbono e a gente faz isso quando tem na bicicleta o valor fundamental do nosso transporte. Essa é a Maricá que a gente constrói, onde a gratuidade do transporte é um valor importante", disse o prefeito.

A reserva das bicicletas é feita pelo aplicativo "Vermelhinhas EPT", disponível nas plataformas Android e iOS. Após cadastro, o usuário poderá retirar a bicicleta na estação de sua preferência. O mesmo acontece no momento da devolução, desde que o tempo de utilização, de uma hora para dias da semana e de duas horas para sábados, domingos e feriados, seja respeitado. Em ambos os casos, uma nova reserva só poderá ser feita após intervalo de 15 minutos. Para conferir a localização das 25 paradas disponíveis, basta acessar o aplicativo "Vermelhinhas EPT".

O sistema gratuito de bicicletas compartilhadas de Maricá foi inaugurado em março de 2021, e conta com 250 bikes para adultos, distribuídas por todos os distritos.

PROJETO MARICÁ CIDADE OLÍMPICA

Secretaria de Esporte e Lazer 'batiza' 12 embarcações de remo

DIVULGAÇÃO/PAULO LOUREIRO



Barcos das classes 'skiff', 'double' e '4 com', de fabricação chinesa, na Lagoa do Boqueirão

No dia 8 de junho, a Secretaria de Esporte e Lazer realizou o batismo simbólico de 12 novas embarcações para 57 alunos de remo do projeto Maricá Cidade Olímpica. Os barcos das classes 'skiff', 'double' e '4 com', de fabricação chinesa e feitos de fibra de carbono e kevlar, entraram na lagoa do Boqueirão e deram uma volta em torno da ilha. Todos receberam nomes de pontos turísticos da cidade, como "Farol de Ponta Negra" e "Pedra do Elefante"

O dia começou com aquecimento dos alunos, seguido de falas da equipe técnica e do secretário Carlos Vagner. Na sequência, as embarcações foram colocadas no espelho d'água com outros barcos de competição, que ficam no galpão do Projeto Navegar, às margens da lagoa. Para o secretário, os novos barcos vão atrair mais gente para treinar e potencializar ainda mais os novos talentos da cidade.

"O que estamos entregando é um investimento no futuro, que logo vai trazer resultados. A equipe de Maricá já vem incomodando potências do remo como Flamengo e Vasco. Ficamos em segundo lugar numa competição recente porque a prova que vencemos foi anulada", disse Vagner, ao afirmar que os olhares do remo nacional estão se voltando para a cidade: "Há pouco tempo, o treinador da seleção brasileira nos visitou para avaliar a possibilidade da equipe treinar aqui. Também é nosso propósito trazer uma competição de nível nacional".

Um dos responsáveis pela manutenção das embarcações, Antônio Cesar Santos, o 'Baiano', garantiu que os equipamentos que chegaram são de primeira qualidade. "Tudo de alto nível, usado por atletas olímpicos no mundo. Temos tudo que é necessário para formar remadores que serão vencedores no futuro, que não precisam mais sair para outras cidades em busca de treinamento", avaliou.




elaprotegida.com.br

Com alguns cliques, você denuncia de forma rápida e sigilosa.



AGÊNCIAUM

SÃO VÁRIOS TIPOS DE VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER.

E VOCÊ TEM UMA NOVA FORMA DE DENUNCIAR TODOS ELES.

Com o aplicativo ElaProtegida, vítimas ou testemunhas podem:

- Denunciar violência doméstica e extrafamiliar
- Acompanhar o status das denúncias
- Conectar-se com órgãos de segurança

Outras formas de denunciar:

PEÇA AJUDA
CEAM - Centro especializado de atendimento à mulher
(21) 99107-9691

DENUNCIE
Grupamento **Maria da Penha**
153 (21) 96809-1516

